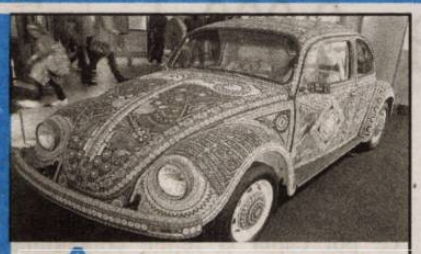
SERIE NOUĂ - 1607 ● ANUL LXV ● 7 IULIE 2022 ● 16 PAGINI ● 3,5 LEI Nr. 27 (3357)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT



Arte & civilizaţii

„GÂNDACUL" VOCHOL

Femina club

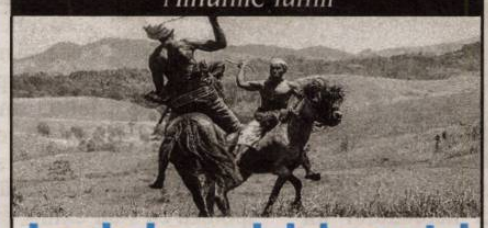
Lecţii de nutriţie

5 obiceiuri care vă ajută să vă păstraţi silueta

Dosarele frumuseţii

Atenţie la soare

Minunile lumii



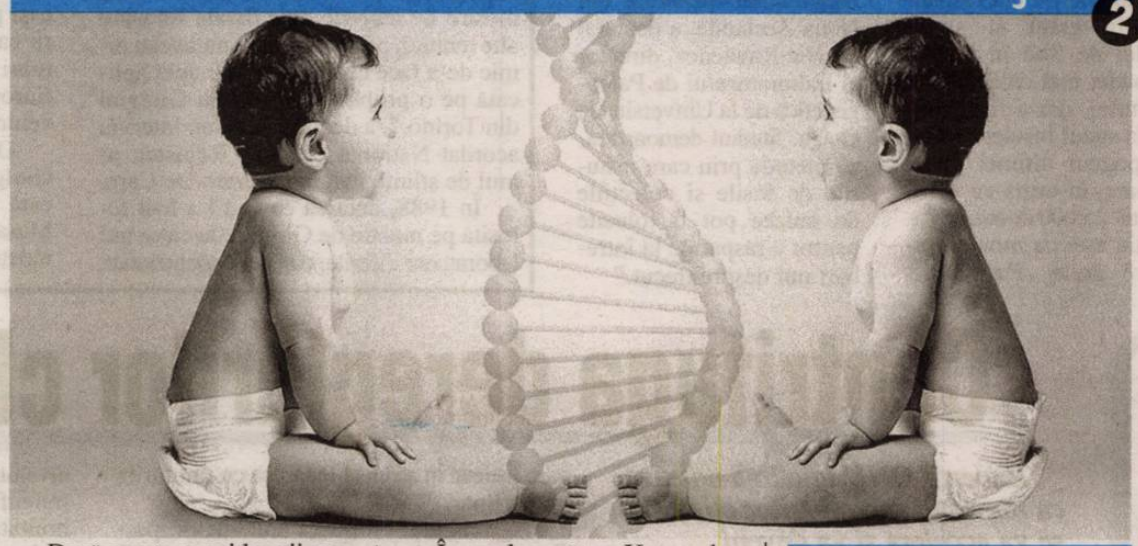
Insula lemnului de santal

„Ce este femeia? Este singurul cadou care te alege."

Nichita Stănescu

Vom trăi cu oameni clonaţi?

2



ÎN NUMĂRUL ANTERIOR, PUNEAM ÎNTREBAREA ESENŢIALĂ: de ce nu este posibilă clonarea unei fiinţe umane?

Continuăm acum şirul explicaţiilor lui Hank Greely, profesor de drept şi genetică la Universitatea Stanford, specializat în probleme etice, juridice şi sociale care decurg din progresul bioştiinţelor.

O problemă centrală a clonării umane este că, în loc să creeze o copie identică a persoanei originale, ar produce un individ cu propriile lui gânduri şi opinii.

„Am studiat clonele, gemenii identici sunt clone unul ale celuilalt, şi ştim cu toţii că clonele nu sunt aceeaşi persoană", a explicat Greely.

O clonă umană, a continuat Greely, ar avea doar aceeaşi structură genetică ca a originalului, dar nu şi aceeaşi personalitate, morală sau simţ al umorului, de pildă. Acestea şi alte caracteristici sunt unice, nu pot fi replicate prin clonare.

Într-adevăr, oamenii sunt, după cum bine ştim de acum, mult mai mult decât un simplu produs al ADN-ului lor. Deşi este posibil să se reproducă materialul genetic, nu este posibil să se reproducă exact mediul de viaţă, să se creeze o evoluţie identică şi nu poţi face prin clonare ca doi oameni să trăiască aceleaşi experienţe de viaţă.

Există vreun beneficiu?

Deci, dacă oamenii de ştiinţă ar clona un om, ar exista beneficii, ştiinţifice sau de altă natură? „Nu există niciunul pe care să fim dispuşi să le luăm în considerare", a spus Greely, subliniind că preocupările etice ar fi imposibil de trecut cu vederea.

Dar dacă, totuşi, lăsăm deoparte implicaţiile etice, lucru pe care cercetătorii de azi l-ar face cu destulă uşurinţă de dragul întâietăţii şi al câştigurilor materiale?

Dacă aceste consideraţii morale ar fi eliminate din ecuaţie, „atunci un beneficiu teoretic ar fi crearea de oameni identici genetic în scopuri de cercetare", este de părere Greely, deşi consideră că, chiar şi aşa, acesta ar trebui să fie un obiectiv de „frână etică".

Greely a mai afirmat că, indiferent de opinia sa personală, unele dintre beneficiile potenţiale asociate cu clonarea umană au fost realizate de alte cercetări ştiinţifice. „Ideea de a folosi embrioni clonaţi în alte scopuri decât a face copii, de exemplu producerea de celule stem embrionare umane identice cu celulele unui donator, a fost discutată pe larg la începutul anilor 2000", spune el, dar această direcţie de cercetare a intrat în penumbră şi nu s-a mai extins, mai ales după 2006, anul în care au fost descoperite aşa-numitele celule stem pluripotente induse (iPSC). „Acestea sunt celule „adulte" care au fost reprogramate să semene cu celulele aflate la începutul stadiului de dezvoltare".

Shinya Yamanaka, un cercetător japonez de celule stem şi laureat al Premiului Nobel pentru Medicină în 2012, a dat lovitura atunci când „a descoperit cum să readucă celulele de şoarece adult într-o stare asemănătoare embrionului folosind doar patru factori genetici", potrivit unui articol publicat în revista *Nature*.

În anul următor, Yamanaka, alături de renumitul biolog american James Thompson, a reuşit să facă acelaşi lucru cu celulele umane. Când celulele iPS sunt „reprogramate într-o stare pluripotentă asemănătoare embrionului", ele permit „dezvoltarea unei surse nelimitate pentru orice tip de celulă umană necesară în scopuri terapeutice", conform explicaţiilor *Centrului de Medicină Regenerativă şi Cercetare a Celulelor Stem* de la Universitatea din California, Los Angeles.

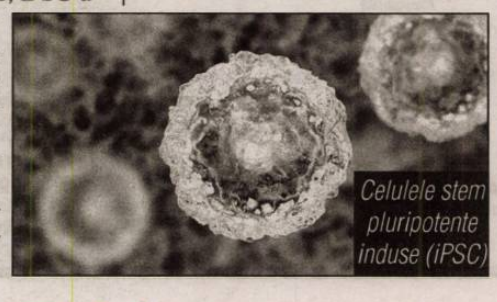
Prin urmare, „în loc să folosim embrioni, putem face în mod eficient acelaşi lucru cu celulele pielii", a spus Greely. Din unghiul de vedere ştiinţific, dezvoltarea tehnologiei iPSC a făcut inutil şi inferior, în esenţă, conceptul de utilizare a embrionilor clonaţi. În zilele noastre, iPSC-urile sunt folosite în modificarea maladiilor, pentru descoperirea noilor medicamente şi în medicina regenerativă, conform unei lucrări din 2015 publicată în revista *Frontiers in Cell and Developmental Biology*.

Etică şi utilitate

Greely a mai sugerat că clonarea fiinţei umane poate pur şi simplu să nu mai fie o zonă „atrăgătoare" de studiu ştiinţific, ceea ce ar putea explica, de asemenea, de ce a cunoscut o dezvoltare redusă în ultimii ani. Cercetătorul a subliniat că „editarea secvenţei germinale a genomului uman este acum un subiect mai interesant în mintea publicului, cum ar fi conceptul creării de „super-bebeluşi", de exemplu".

> CERCETĂRILE PENTRU MODIFICAREA SECVENŢELOR TERMINALE ALE GENOMULUI UMAN SUNT CONTROVERSATE, DAR SE BATE MONEDĂ PE „BENEFICIILE" ADUSE DE ACESTE TEHNOLOGII DE CLONARE UMANĂ.

Editarea (modificarea) secvenţei germinale sau ingineria liniei germinale este un proces sau o serie de procese care creează modificări permanente ale genomului unui individ. „Aceste modificări, atunci când sunt introduse efectiv, devin moştenite, ceea ce înseamnă că vor fi transmise de la părinte la copil", scrie *LiveScience*. O astfel de tehnologie genetică rămâne controversată (dar cercetătorii nu par să ia asta în seamă).



Celulele stem pluripotente induse (iPSC)

În 2018, Consiliul Comitetului Europei pentru Bioetică, care reprezintă 47 de state europene, a publicat o declaraţie în care spune că „etica şi drepturile omului trebuie să ghideze orice utilizare a tehnologiilor de editare a genomului la fiinţe umane", adăugând că „aplicarea tehnologiilor de editare a genomului la embrioni umani ridică multe aspecte etice, probleme sociale şi de siguranţă, în special prin orice modificare a genomului uman, care ar putea fi transmisă generaţiilor viitoare".

Şi totuşi, sesizând aceste riscuri, Consiliul constată că există „sprijin puternic" pentru utilizarea unor astfel de tehnologii de inginerie şi editare cu scopul de a înţelege mai bine „cauzele bolilor şi tratamentul viitor al acestora", menţionând că aceste tehnologii oferă „un potenţial considerabil pentru cercetare în acest domeniu şi pentru a îmbunătăţi sănătatea umană". Un fel de binecuvântare a unui joc periculos, dar cerut de public!

George Church, genetician la Universitatea Harvard, susţine afirmaţia lui Greely conform căreia editarea secvenţei germinale este probabil să atragă mai mult interes ştiinţific în viitor, mai ales în comparaţie cu clonarea „convenţională". „Editarea liniei germinale bazată pe clonări este de obicei mai precisă, poate implica mai multe gene şi se transmite mai eficient la toate celulele în comparaţie cu editarea genomului somatic", declara geneticianul pentru *LiveScience*.

Cu toate acestea, Church a dorit să îndemne la prudenţă şi a recunoscut că „o astfel de editare nu este încă stăpânită. Dezavantajele potenţiale includ siguranţa, eficacitatea şi accesul echitabil pentru toţi", a concluzionat el.

Să nu ne ascundem după cuvinte: toate aceste idei, pe cât de îndrăzneţe şi „benefice", ascund, în esenţă, dorinţa de nereprimat a cercetătorilor de „a se juca de-a Dumnezeu", care încearcă să altereze cărămizile fundamentale ale fiinţei umane, cu consecinţe pe care nimeni nu vrea să şi le imagineze.

GEORGE CUŞNARENCU

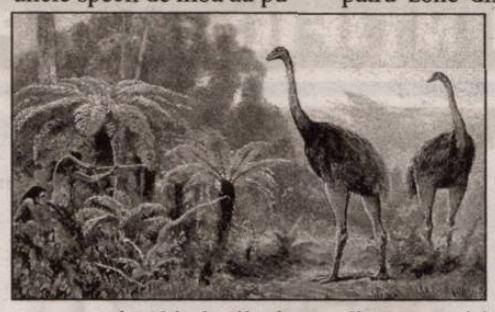
Biblioteca Judeţeană MUREŞ

Un refugiu pentru pasărea Moa

Legendara pasăre moa, cea mai mare şi mai puternică pasăre nezburătoare din actuala epocă, dispărută de circa două secole, nu a avut o existenţă liniştită înainte de contactul cu oamenii.

Schimbările climatice din teritoriul său de baştină – Noua Zeelandă – i-au stat împotrivă, astfel că a fost obligată să se adapteze la noile condiţii de mediu. Moa de est *(Emeus crassus)* a supravieţuit ultimului maxim glaciar (LGM) într-un singur refugiu, aflat în sudul Insulei de Sud, perioada sa de răspândire fiind cea a cuaternarului târziu sau holocen, începând cu circa 11.700 de ani în urmă, până astăzi.

Speciile de Moa par să fi fost adaptate la diferite habitate şi diete, locuind într-o gamă largă de medii, inclusiv zone subalpine, păduri şi păşuni deschise cu arbuşti. În consecinţă, par să fi răspuns diferit la schimbările climatice din timpul LGM (cu 29.000 până la 19.000 de ani în urmă în Noua Zeelandă): unele specii de moa au pu-



tut urmări schimbările în distribuţia habitatului lor preferat de-a lungul timpului, în vreme ce distribuţia altor specii a fost limitată la refugii, deoarece habitatele lor obişnuite s-au redus în suprafaţă.

Moa de est era răspândită în estul şi sudul Insulei de Sud în timpul perioadei mai calde a Holocenului, dar a fost limitată la sudul Insulei de Sud în apogeul ultimei epoci glaciare, în urmă cu aproximativ 25.000 de ani. Comparaţia este cu moa cu picioare grele *(Pachyornis elephantopus)*, care s-a retras atât în regiunile sudice, cât şi în cele nordice ale Insulei de Sud, în timp ce moa de munte *(Megalapteryx didinus)* locuia în patru zone diferite, potrivit cercetătorilor.

Ei au demonstrat că diversitatea genetică a fost mai mare la populaţia moa de est din extensia sudică a zonei lor, susţinând ipoteza că s-au extins dintr-un singur refugiu glaciar, în urma LGM.

„Cercetarea noastră este un exemplu rar al impactului schimbărilor climatice din trecut asupra megafaunei dispărute din Noua Zeelandă, a declarat dr. Nic Rawlence, director al Laboratorului de Paleogenetică de la Universitatea Otago. Studiul demonstrează metoda prin care resturile de fosile şi colecţiile de muzee pot fi folosite pentru a răspunde la întrebări noi despre trecut."

Giulgiul din Torino are 2.000 de ani

Fără a minimaliza nivelul general de percepţie asupra unor termeni şi idei extrem de vehiculate în spaţiul public, menţionăm că un giulgiu este o bucată lungă de pânză, de obicei din bumbac sau in, înfăşurată în jurul unui cadavru înainte de a fi îngropat sau plasat într-un mormânt, cel mai frecvent, fără sicriu.

Cel mai cunoscut este Giulgiul din Torino, pe care se presupune că ar fi fost „imprimată" imaginea unui bărbat. Despre identitatea acestuia mulţi cred că a fost Iisus, care, conform Bibliei, a fost mort trei zile înainte de a reveni la viaţă. Un om de ştiinţă italian susţine că noua procedură cu raze X poate demonstra vechimea artefactului din Torino, aflat în prezent la catedrala Sf. Ioan Botezătorul, la 2.000 de ani.

„Am dezvoltat o metodă pentru a măsura îmbătrânirea naturală a celulozei de in folosind raze X, apoi o convertim în timpul scurs de la fabricare. Noua metodă de datare, bazată pe o tehnică numită împrăştiere cu raze X cu unghi larg, a fost testată mai întâi pe mostre de lenjerie deja datate folosind alte tehnici, pe mostre care nu aveau nimic de-a face cu Giulgiul, iar apoi aplicată pe o probă prelevată din Giulgiul din Torino.", a declarat, într-un interviu acordat National Catholic Register, omul de ştiinţă italian Liberato De Caro.

În 1988, datarea cu C-14 a fost folosită pe mostre de Giulgiu de către trei laboratoare diferite, care au concluzionat, toate, că este vechi de aproximativ şapte secole şi că nu este autentic. De Caro susţine că datarea cu C-14 este afectată de contaminare, ţesătura având spaţii de aer ce pot capta şi reţine contaminanţi, indiferent cât de bine e curăţată.

Tehnica folosită de Caro are o mare precizie fiind folosită pe diverse mostre de ţesături istorice, care datează din anul 3000 î.Hr. şi până în anul 2000 d.Hr. În plus ea este nedistructivă, putând fi repetată de mai multe ori pe aceeaşi probă. De Caro a evidenţiat factorii care ar putea urmări traseul artefactului din Orientul Mijlociu către Europa, mostrele de polen găsite provenind din regiunea antică a Palestinei.

Omul de ştiinţă a descoperit că Giulgiul din Torino se potrivea cu o bucată de material din asediul de la Masada (Israel) din anii 55-74 d.Hr., mostră datată prin aceeaşi tehnică.

Despre căpşuni

Să vorbim corect!

De ceva vreme printre vorbitorii frumoasei noastre limbi circulă o dilemă. Care este pluralul corect al substantivului „căpşună"? Este corect să spunem „Tartă cu căpşune" sau „Tartă cu căpşuni". Specialiştii, în marea lor naivitate – au crezut că au rezolvat problema. Au hotărât că spunem „căpşune" când ne referim la fruct „căpşună/căpşune" – „Tartă cu căpşune" şi „căpşuni" când ne referim la plantă „căpşun/căpşuni" – „Straturi de căpşuni". Controversele însă continuă, alimentate şi de unele teorii şi chiar dicţionare.

Iată însă că romgleza a elucidat şi această spinoasă divergenţă, evident cu ajutorul unor emisiuni de televiziune şi al unor desenatori de etichete pentru borcane şi cutii de conserve. Nu mai există nici *căpşuni* nici *căpşune*, ci numai *strawberry*, folosit şi în cuvintele compuse.

Parcă o aud pe vecina mea din Buhăieşti (Moldova), o venerabilă femeie cam spre a treia tinereţe, care, întrebată ce duce la târg, răspunde „Ce să duc, maică? Ia nişte chişleag şi câteva strawberries din grădină!" *(I.S.)*

Centrifuga dereglărilor climatice

Experţii ONU în climă notează că impactul schimbărilor climatice se va accelera şi va deveni palpabil cu mult înainte de anul 2050 – lipsă de apă, exod, malnutriţie, dispariţia unor specii.

Viaţa pe Pământ va fi inevitabil transformată de schimbările climatice sau chiar mai devreme, avertizează un proiect de raport al Naţiunilor Unite, Panelul Interguvernamental pentru Schimbări Climatice (IPCC). Indiferent de rata de reducere a emisiilor de gaze cu efect de seră, efectele devastatoare ale încălzirii globale asupra naturii şi asupra umanităţii se vor accelera, afirmă oamenii de ştiinţă ataşaţi IPCC şi devin dureros de palpabile.

Clima s-a schimbat, iar fiinţele cel mai puţin vinovate pentru emisiile de bioxid de carbon sunt cele care vor suferi cel mai mult. Pentru unele animale şi soiuri de plante, poate fi chiar prea târziu. Printre speciile ameninţate se numără animalele din Arctica, un teritoriu care se încălzeşte de trei ori mai repede decât media şi de unde ar putea dispărea şi modurile ancestrale de viaţă ale popoarelor care trăiesc în strânsă legătură cu ţinuturile gheţurilor.

Agricultura, creşterea animalelor, pescuitul, acvacultura – în toate sistemele de producţie alimentară, au pierderi care sunt în creştere, iar omenirea nu este pregătită pentru a face faţă unei asemenea deteriorări a situaţiei. Nivelurile actuale de adaptare vor fi insuficiente pentru a răspunde riscurilor climatice viitoare. Chiar şi limitând creşterea pragului dincolo de care încălzirea poate fi considerată acceptabilă la 2ºC, până în 2050, peste 80 de milioane de oameni vor suferi de foame, iar 130 de milioane ar putea cădea în sărăcia extremă.

Sute de milioane de locuitori ai oraşelor de coastă vor fi ameninţaţi de valuri de inundaţii mai frecvente, cauzate de creşterea nivelului mării, care va duce la o migraţie semnificativă. Cu o creştere a temperaturii limitată la 1,5ºC, în oraşe, 350 de milioane de locuitori, în plus faţă de numărul actual vor fi expuşi penuriei de apă, 400 milioane la o creştere de peste 2ºC. Cu această jumătate de grad suplimentară, încă 420 de milioane de oameni vor fi ameninţaţi de valuri de căldură extreme.

Se subliniază pericolul efectelor în cascadă, prin care unele regiuni şi aproape toate zonele de coastă ar putea fi lovite de minimum trei-patru dezastre meteorologice simultane: caniculă, secetă, ciclon, incendiu, inundaţii, boli purtate de ţânţari.

Trebuie să se ia în considerare şi efectele de amplificare ale altor activităţi umane dăunătoare planetei: distrugerea habitatelor, supraexploatarea resurselor, poluarea, răspândirea bolilor.

Omenirea îşi poate îndrepta încă destinul către un viitor mai bun, luând astăzi măsuri puternice pentru a reduce impulsul fugitiv din a doua jumătate a secolului. Este nevoie de o transformare radicală a proceselor şi comportamentelor la toate nivelurile: indivizi, comunităţi, companii, instituţii şi guvern, argumentează documentul, redefinind modul de viaţă şi de consum.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu
PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

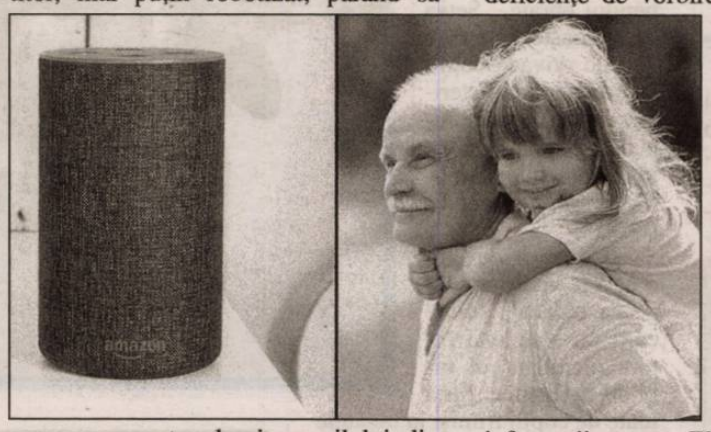
Tiparul:
TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

Vocea bunicilor redată de asistentul vocal

Alexa, robotul de la Amazon, poate deja să șoptească, să imite un accent și să vorbească cu vocea lui Samuel L. Jackson – și în curând ar putea chiar să imite vocile bunicilor decedați, pentru a le spune povești nepoților.

Gigantul tehnologic a anunțat că dezvoltă un sistem care îi permite lui Alexa să imite orice voce după ce a ascultat-o mai puțin de un minut. Acest sistem ar putea permite utilizatorilor asistentului vocal al Amazon să li se citească povești cu vocea unei persoane dragi.

La conferința Amazon din Las Vegas, vicepreședintele proiectului Alexa, Rohit Prasad, a declarat că scopul este de a „face ca amintirile să dureze" după ce „atât de mulți dintre noi au pierdut pe cineva drag" în timpul pandemiei. „Trăim, fără îndoială, în epoca de aur a inteligenței artificiale, în care visele și ficțiunile noastre științifice devin realitate", a spus el. În timpul conferinței, un segment video a înfățișat un copil care a întrebat: „Alexa, poate bunica să termine de citit Vrăjitorul din Oz?". O clipă mai târziu, Alexa a confirmat solicitarea și și-a schimbat vocea. Ea a vorbit liniștitor, mai puțin robotizat, părând să



semene aparent cu bunica copilului, din viața reală.

Prasad a precizat că, folosind noua tehnologie, compania a reușit să producă un sunet de înaltă calitate. Amazon nu a dat nicio indicație cu privire la momentul în care funcția de imitare a vocii va fi lansată pentru public. Noul proiect pătrunde într-un domeniu al tehnologiei care a fost supus unei analize atente pentru potențialele beneficii și abuzuri.

Scopul este de a ajuta persoanele cu deficiențe de vorbire sau cu alte probleme, dar unii se tem că ar putea fi folosită și pentru a propaga știrile politice false. Prasad a declarat că obiectivul Amazon pentru Alexa este „inteligența generalizabilă" sau capacitatea de a se adapta la mediile utilizatorilor și de a învăța noi concepte cu puține informații externe. El a precizat că acest obiectiv „nu trebuie confundat cu inteligența generală artificială atotștiutoare și atotputernică" sau AGI, pe care o caută unitatea DeepMind a Alphabet și OpenAI, fondată de Elon Musk.

Sticla de bere din fibre de lemn

O celebră companie producătoare de bere a anunțat că testează o sticlă pe bază de plante, realizată din fibre de lemn.

Sticla din fibre nu numai că este complet reciclabilă, dar are și avantajul suplimentar al proprietăților izolatoare care pot ajuta la păstrarea berii la rece pentru mai mult timp, în comparație cu dozele sau recipientele clasice, din sticlă. Inițial, sticla va fi testată în opt țări, printre care Marea Britanie, Germania, Franța și Suedia.

Sticla „Fibre Bottle" a fost dezvoltată de startup-ul Avantium și are o căptușeală din polimer de polietilenă furanoat (PEF) pe bază de plante. PEF este fabricat din materii prime naturale care sunt complet reciclabile și, de asemenea, recipientele se degradează în mod natural, în cazul în care ajunge la groapa de gunoi.

Acest material este o „barieră foarte eficientă" între bere și învelișul exterior din fibră, în afară de capac, care este complet reciclabil, sticla este în întregime bio. Între timp berea a fost actualizată în mod durabil. În colaborare cu furnizorul de malț de orz Soufflet, producătorul a fabricat o bere cu orz cultivat cu ajutorul unor practici agricole complet ecologice și regenerative.

Mitul „dorințelor nelimitate"

Dacă o sumă nelimitată de bani vi se pare atrăgătoare, un nou studiu sugerează că s-ar putea să vă aflați în minoritate. Cercetătorii au intervievat peste 7000 de persoane care trăiesc în țări din întreaga lume, inclusiv în Marea Britanie, SUA, China, Franța, India și Australia.

Ei au descoperit că majoritatea oamenilor nu își doresc mai mult, 10 milioane de dolari pentru a trăi o „viață absolut ideală". Rezultatele sugerează că „dorințele nelimitate" – un principiu economic conform căruia oamenii doresc o cantitate nelimitată de bani și bunuri – nu este adevărat.

Majoritatea oamenilor și-ar dori, în mod ideal, mult mai puțin decât atât de-a lungul vieții, probabil pentru că ei consideră că o sumă atât de colosală reprezintă o dovadă de lăcomie. Noul studiu a fost condus de psihologi de la universitățile britanice Bath și Exeter. „Ideologia dorințelor nelimitate, atunci când este prezentată ca fiind însăși natura umană, poate crea o

presiune socială pentru ca oamenii să cumpere mai mult decât își doresc de fapt", a declarat conducătorul studiului, Dr. Paul Bain de la Universitatea din Bath. „Descoperirea faptului că viața ideală a celor mai mulți oameni este de fapt destul de moderată ar putea face ca, din punct de vedere social, să fie mai ușor pentru oameni să se comporte în moduri care sunt mai aliniate cu ceea ce îi face cu adevărat fericiți și să sprijine politici mai puternice pentru a contribui la protejarea planetei". O minoritate „substanțială" (între 8% și 39%, în funcție de țară) își dorea cât mai mulți bani, modelul lor fiind Elon Musk, cel mai bogat om din lume (cu o avere estimată la 200 de miliarde de dolari). În general, persoanele cu dorințe nelimitate sunt tineri din mediul urban, care pun mai mult preț pe succes, putere și independență.

Dorințele nelimitate au fost mai frecvente în țările cu o mai mare acceptare a inegalității și în țările care sunt mai colectiviste, axate mai mult pe responsabilități și rezultate de grup decât pe cele individuale. Un exemplu de societate colectivistă este Indonezia, care a avut cele mai multe persoane cu dorințe nelimitate, în timp ce Marea Britanie, mai individualistă și mai preocupată de egalitate, a avut mai puține. Cu toate acestea, au existat anomalii, cum ar fi China, unde puține persoane aveau dorințe nelimitate, în ciuda colectivismului cultural ridicat și a acceptării inegalității.

Efectul neașteptat al secetei antice

Timp de aproape 300 de ani, regatul himyarit (regat din Yemen 110 î.Hr – 250 d.Hr) a fost puterea dominantă în Arabia antică. Economia sa, bazată pe agricultură și comerț exterior, lega Africa de Est și lumea mediteraneană.

O secetă extremă, combinată cu tulburări politice și războaie, ar fi putut deschide calea pentru ascensiunea islamului în secolul VII, sugerează un nou studiu, efectuat de specialiști de la Universitatea din Basel, Elveția. Pentru a ajunge la această concluzie, cercetătorii elvețieni au analizat straturile unei stalagmite din peștera Al Hoota din actualul Oman.

Rata de creștere a acesteia și compoziția chimică a straturilor sale sunt direct legate de cantitatea de precipitații căzută deasupra peșterii, astfel încât forma și compoziția izotopică a straturilor depuse de o stalagmită reprezintă o înregistrare valoroasă a climatului istoric. „Chiar și cu ochiul liber se poate vedea din stalagmite că trebuie să fi existat o perioadă foarte uscată care a durat câteva decenii", a declarat profesorul Dominik Fleitmann, de la Universitatea din

Basel. Analiza izotopică a straturilor de stalagmite le permite cercetătorilor să tragă concluzii cu privire la cantitățile anuale de precipitații. Pe baza descompunerii radioactive a uraniului, cercetătorii au reușit să stabilească prezența unei secete extreme, în cursul secolului VI d.Hr.

„Apa este în mod absolut cea mai importantă resursă. Este clar că o scădere a precipitațiilor și, mai ales, mai mulți ani de secetă extremă ar fi putut destabiliza un regat semideșertic vulnerabil", a declarat Fleitmann.

În plus, sistemele de irigații necesitau o întreținere și reparații constante, care puteau fi realizate doar cu ajutorul a zeci de mii de muncitori bine organizați. Se presupune că populația din regatul himyarit, afectată de lipsa apei, nu a mai fost în măsură să asigure această întreținere laborioasă, ceea ce a agravat și mai mult situația. „Populația locală s-a confruntat cu dificultăți ca urmare a foametei și a războiului. Acest lucru a însemnat că Islamul a întâlnit un teren fertil: oamenii căutau o nouă speranță, ceva care să îi unească din nou ca societate. Noua religie propovăduită de Profetul Mohamed le-a oferit acest lucru."

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Entități robotice sau creaturi organice?

Viața extraterestră pe alte planete ar putea să fie prezentă sub forma unor roboți care au supraviețuit creatorilor lor, potrivit reputatului astronom britanic Martin Rees. În mod alarmant, aceasta este soarta care i-ar putea aștepta și pe oamenii de pe Pământ.

În ceea ce privește viața extraterestră, Rees a declarat: „Cred că dacă am detecta o prezență artificială în spațiu, aceasta nu ar fi compusă din ființe, din carne și oase, ca noi, ci din entități robotice și electronice. Dacă ne imaginăm o cronologie pentru Pământul nostru, a fost nevoie de aproape patru miliarde de ani pentru ca viața simplă să evolueze într-o civilizație, iar noi avem tehnologie de cel mult câteva mii de ani. Este cu siguranță posibil ca peste doar câteva secole să fim cu totul înlocuiți de entități electronice. Iar acestea ar fi aproape nemuritoare și ar putea continua să existe pentru tot restul istoriei Universului, deci pentru alte miliarde de ani."

Martin Rees este convins că oamenii ar putea supraviețui pe alte planete doar dacă vor deveni parțial robotizați – cyborgi. El a sugerat că pionierii spațiali moderni ar putea încerca să se modifice și să devină un amestec de „carne, sânge și componente electronice", deși susține că ideea ca ființele umane să se deplaseze în masă pe Marte este iluzorie.

În ceea ce privește viitoarele zboruri spațiale private, destinate mai curând oamenilor obișnuiți, decât astronauților profesioniști, Rees a declarat: „Chiar dacă riscurile ar fi mari, ar exista mulți voluntari. Genul de oameni care merg cu deltaplanul sau fac alpinism periculos. Până în 2100, mă aștept să existe câțiva curajoși în căutare de senzații tari care vor face o călătorie de 200 de zile spre Marte", a adăugat el.

Biblioteca de sub pământ

Când naziștii au ocupat Varșovia, în septembrie 1939, aici au fost imediat promulgate legi antievreiești. Printre acestea se numărau unele care limitau accesul la cărți. Bibliotecile de împrumut au fost închise în cartierul evreiesc, iar evreilor li s-a interzis să folosească bibliotecile publice poloneze.

În toamna anului 1940 a fost înființat un ghetou, care a închis aproape jumătate de milion de evrei polonezi într-o zonă de doar câțiva kilometri pătrați, înconjurată de ziduri de cărămidă înalte de 3 metri. În timp ce mulți lideri evrei și organizații de ajutorare din ghetou erau preocupați în primul rând de furnizarea de hrană, haine și adăpost ca răspuns la supraaglomerare, foamete și iernile aspre ale Poloniei, au existat unii care s-au ocupat de o altfel de foame: de cultură.

Basia Berman s-a numărat printre puținii bibliotecari evrei angajați de Biblioteca Publică din Varșovia înainte de război. Înainte ca ghetoul să fie închis, ea a creat o bibliotecă ambulantă într-o valiză, livrând cărți din colecția ei copiilor fără adăpost.

Când ghetoul din Varșovia a fost închis, în noiembrie 1940, o filială a Bibliotecii Publice din Varșovia de pe strada Leszno nr. 67 a fost inclusă în granițele acestuia, ceea ce a forțat evacuarea bibliotecii. Berman a reușit să obțină permisiunea de a folosi clădirea în numele CENTOS, o organizație de protecție a copiilor, și a înființat acolo, la subsolul clădirii, o bibliotecă clandestină pentru copii, fiind ajutată de Lejb Szur, un editor care a salvat mii de cărți de la distrugere, trimițându-le pe ascuns lui Berman.

Pentru a masca tezaurul de cărți idiș și poloneze, femeia a decorat camerele cu jucării, păpuși, decupaje din hârtie și cărți ilustrate simple, inofensive, dându-le un aspect prietenos pentru copii. Berman i-a încurajat pe copiii din ghetou să citească cărți în idiș, pentru a se cufunda în propria literatură, limbă și identitate culturală, ca o modalitate de a rezista anihilării culturii idiș.

Vânzare de cărți în ghetoul din Lódz, 1940

Ea le împrumuta copiilor două cărți, una în poloneză și cealaltă în idiș. Pentru mulți, aceasta a fost prima lor experiență de citire a limbii idiș și de învățare a alfabetului ebraic. „Setea de cunoaștere de care dădeau dovadă copiii în acele vremuri teribile era cu adevărat minunată", scria Berman în cartea sa de memorii, *Orașul de sub oraș* (2012).

„Cartea a devenit o nevoie vitală, aproape ca pâinea". Multe cărți nu s-au mai întors niciodată în biblioteca Basiei, fiind luate de copiii trimiși în lagărele morții. O supraviețuitoare a ghetoului din Varșovia, Rachel Auerbach, își amintea că, la un moment dat, a văzut un băiețel în curtea de pe strada Leszno nr. 67.

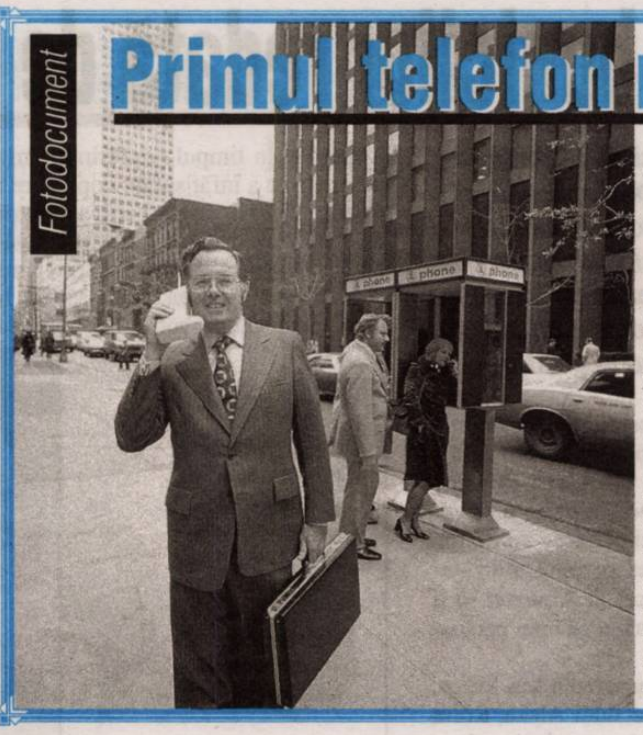
Mama lui strângea lucrurile, pentru că familia tocmai urma să fie deportată, dar „băiatul de doisprezece ani, cufundat în lumile sale nou descoperite, stătea într-un colț al curții, fără să audă sau să vadă haosul și disperarea din jurul lui, și citea o carte ferfeniță, cu o copertă roșie", nota Auerbach în memoriile sale, publicate în 1974.

Basia Berman și soțul ei, Adolf, au evadat din ghetou în septembrie 1942 și au găsit ajutor în partea „ariană" a Varșoviei, unde au devenit lideri ai rezistenței evreiești. Au fost activiști clandestini, dându-se drept polonezi și asumându-și misiuni periculoase pentru a salva alți evrei din ghetou.

După război, Berman a colecționat cărți din bibliotecile evreiești distruse din Polonia; unele dintre acestea au rămas în Varșovia, în timp ce altele au fost trimise la Biblioteca Națională din Israel.

Fotodocument

Primul telefon mobil



Inginerul John Mitchell, angajat al companiei Motorola, poartă una dintre primele convorbiri la un telefon mobil, pe 6th Avenue, în New York, în anul 1973. Mitchell a fost „creierul" care a imaginat primul model de telefon mobil din lume – DynaTAC.

„Vikingii", o invenție a presei din secolul al XIX-lea?

În perioada medievală nu au existat „vikingi". Utilizarea acestui termen a apărut abia în secolul al XIX-lea, fiind mai curând o invenție a unor jurnaliști avizi de senzațional decât a istoricilor. Cuvântul wicing a apărut în engleza veche, iar cuvântul víkingr în islandeza veche, dar ele nu desemnau o entitate etnică și nici o clasă socială, ci mai curând o meserie – în traducere ambele cuvinte înseamnă „bandit" sau „pirat". De pildă, în islandeza veche, termenul víkingr era aplicat oricărui pirat, inclusiv celor de origine slavă, din zona Balticii, sau mauri-lor din Mediterană.

În plus de asta, mulți dintre cei etichetați drept „vikingi" în manualele școlare și în istoriile populare nu erau nici pe departe „bandiți", ci războinici conduși de regi în expediții militare cu obiective politice clare, cum ar fi Marea Armată păgână care a luptat împotriva lui Alfred cel Mare sau forța norvegiană care l-a însoțit pe Harald Hardrada până la moartea sa în bătălia de la Stamford Bridge, în 1066, înainte de cucerirea Angliei de către normanzi.

Istoricii contemporani consideră că a numi astfel de oameni „vikingi" ar fi ca și cum i-am numi „pirați" pe ofițerii de marină britanici, francezi sau olandezi din secolul XVIII doar pentru că purtau pălării și navigau pe corăbii vag asemănătoare cu ale temutului Barbă-Neagră.

Cuvântul „viking" pare să fi intrat în engleza modernă la începutul secolului XIX, când literatura islandeză medievală a început să fie tradusă în principalele limbi europene. Inițial, a avut sensul medieval original, dar în anii 1860 a început să fie folosit, mai întâi în presa britanică, pentru a descrie toți războinicii din Scandinavia medievală timpurie.

Evoluția finală, „etnicizarea" cuvântului, care permite utilizarea unor sintagme precum „ferme vikinge", „orașe vikinge" și „femei și copii vikingi", este mult mai recentă și a apărut în Europa Occidentală treptat, după cel de-Al Doilea Război Mondial.

Problema cu acest termen nu este doar semantică. Această concepție despre „vikingi" denaturează grav înțelegerea noastră despre istoria europeană. Am avut tendința de a grupa aproape toate activitățile scandinave dintre anii 790 și mijlocul secolului XI sub eticheta de „vikingi", creând o „epocă vikingă" distinctă și o cultură și o identitate „vikingă" imaginară. Cu toate acestea, dovezile arheologice și mărturiile scrise din epoca respectivă nu susțin o asemenea ipoteză.

La sfârșitul secolului al VIII-lea, cronicile irlandeze, engleze și france se referă în general la agresorii scandinavi ca fiind „păgâni", dar nu le atribuie vreo identitate etnică.

Mai mult decât atât, în primele decenii ale secolului IX, dinastiile scandinave au înființat formațiuni statale feudale în Marea Britanie și Normandia, iar liderii lor au adoptat creștinismul (unii chiar s-au călugărit), ceea ce relevă, odată în plus, că imaginea vikingilor, ca „barbari sângeroși și sălbatici" care veneau de la marginea civilizației umane pentru a pătrunde pe tărâmuri civilizate este cu totul falsă.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

7 iulie 1937

Incidentul de la podul Marco Polo

Dorința japonezilor de a deveni o mare putere, în perioada de după Primul Război Mondial a presupus înainte de toate dominarea Chinei. Japonezii îi învinseseră pe chinezi în războiul din anii 1890, luându-le Coreea.

În curând s-au infiltrat în Manciuria, care avea rezerve bogate de cărbune și alte minerale, și au început să dezvolte industria locală. În 1931, au preluat cu totul Manciuria, înainte de a se extinde spre sud.

Un moment-cheie a avut loc în 1937. În temeiul unor acorduri datând de la începutul secolului, țările care aveau legații în China aveau dreptul de a menține acolo trupe pentru protecție. Un număr mic de soldați japonezi și chinezi erau staționați la Wanping, nu departe de Beijing, în apropierea unui pod numit Marco Polo.

Ceea ce s-a întâmplat în acea noapte de iulie nu este în întregime clar, dar se pare că japonezii au efectuat câteva exerciții militare fără să avizeze, ca de obicei, autoritățile locale, iar trupele chineze, crezând că sunt atacate, au ripostat cu foc. În urma ciocnirilor, japonezii au descoperit că unul dintre soldații lor lipsea și, suspectând că fusese capturat de chinezi, au cerut să li se permită să îl caute în Wanping.

Chinezii au spus că vor face ei înșiși căutarea, cu un ofițer japonez care îi va însoți. Infanteria japoneză a încercat atunci să intre cu forța în Wanping, dar a fost respinsă. Ambele părți au trimis mai multe trupe în zonă și, în dimineața zilei de 8 iulie, infanteria japoneză și vehiculele blindate au atacat podul și l-au cucerit, dar au fost alungate din nou.

Incidentul le-a oferit adepților liniei dure de la Tokyo pretextul mult așteptat pentru o invazie la scară largă a Chinei. Sute de mii de soldați japonezi au atacat China, iar Beijing și Shanghai au căzut în 1937, la fel ca și Nanjing, unde Chiang Kai-Shek, liderul partidului naționalist chinez, Kuomintang, își stabilise capitala.

Conform unei teorii tot mai vehiculate, incidentul de la podul Marco Polo ar fi fost pus în scenă, de fapt, de comuniștii chinezi pentru a implica Kuomintangul într-un război cu japonezii și a-i slăbi forțele.

Lecții de nutriție

5 obiceiuri care vă ajută să vă păstrați silueta

Studiile arată că aproape orice persoană care pierde în greutate la un moment dat acumulează mai apoi la loc kilogramele de care scăpase. De multe ori, și alte câteva peste! Din acest motiv, subliniază dr. nutriționist Laura Ene, pentru mulți dintre noi menținerea este mai importantă decât slăbitul în sine. În plus, durează o viață.

1 E important modul în care gătiți: fiert, la abur, la grătar, în tigaie cu doar un strop de ulei

Prăjirea în ulei distruge nutrienții din alimente, dar și dublează sau triplează caloriile unui preparat inofensiv pentru siluetă. Exemplul cartofilor este relevant. Conform zecilor de studii nutriționale, prăjirea în ulei este cea mai distructivă metodă de gătire a alimentelor, care vine la pachet cu multe calorii goale și cu un mare potențial cancerigen clar demonstrat.

Dacă vreți să vă mențineți silueta, prăjirea trebuie definitiv eliminată în favoarea fierberii, preparării la abur sau pe grătar, coacerii la cuptor în vase acoperite, toate pe timp limitat, pentru a nu distruge nutrienții prețioși ai alimentelor. Dacă vă faceți totuși mâncare în tigaie, optați pentru tigăile care pot prepara alimentele fără ulei sau doar cu un strop de ulei.

2 Modul în care mâncați

Bucurați-vă de fiecare înghițitură! Trăim într-o societate care face deja o virtute din ritmul alert de viață, în detrimentul liniștii noastre interioare și a nevoilor de a savura din plin și pe îndelete mâncarea. Poate v-ați obișnuit să mâncați pe apucate, în timp ce faceți și altceva, ca să nu pierdeți timp prețios. Cercetătorii au descoperit de-a lungul anilor că, atunci când luați masa pe fugă și într-un ritm alert, sfârșiți, de fapt, prin a consuma mai multe calorii decât dacă ați mânca într-un ritm mai lent. Unul dintre motive este efectul ingestiei rapide asupra hormonilor. Mai mult, studiile au constatat triplarea riscului de a deveni supraponderali pentru cei care mănâncă repede și până se simt plini.

Așadar, încetiniți ritmul în care mâncați și savurați tot ceea ce mâncați! Mâncați încet și mestecați bine fiecare îmbucătură. Caloriile trebuie savurate, nu irosite, deci savurați. Transformați fiecare masă într-o experiență senzorială plăcută și satisfăcătoare pentru papilele gustative. Veți crește astfel senzația de sațietate, care va surveni mai rapid, și veți scădea numărul de calorii ingerate.

3 Consumați cereale integrale în locul celor rafinate

Cerealele integrale și derivatele acestora (pâine integrală, de secară sau graham, paste integrale, tărâțe, orez brun) nu sunt deprivate de nutrienții din coaja plină de fibre ce vă satură mai repede. Pastele făinoase și orezul se aleg tot integrale și este de preferat să le preparați „al dente" pentru a păstra un indice glicemic cât mai mic și a crește senzația de sațietate.

Cerealele integrale sunt carbohidrații complecși (sau glucide cu eliberare lentă), adică cei buni, deoarece au marea calitate de a fi absorbiți mult mai lent de către organism decât cei simpli din făina albă și derivate. Mai mult, datorită acestei calități, acest tip de carbohidrați sunt convertiți mai degrabă în energie decât în grăsime, furnizând organismului o energie constantă pe parcursul zilei și prevenind creșterile și scăderile bruște de glicemie.

4 Micul dejun este principala masă a zilei

Peste 30% dintre oameni nu mănâncă la micul dejun. Majoritatea cred că nu au timp sau că, dacă sar peste el, vor reduce caloriile zilnice și vor slăbi... Din păcate pentru cei care cred că slăbesc sărind peste micul dejun, un studiu amplu al Universității Harvard a demonstrat că este exact invers. Cei care iau zilnic micul dejun consumă mai puține calorii pe parcursul zilei și au 50% mai puține șanse să se îngrașe comparativ cu cei care nu o fac. Populara zicală „Mănâncă dimineața ca un rege, la prânz ca un prinț și seara ca un om sărac" este curată știință nutrițională! Micul dejun trebuie să fie masa cea mai concentrată în calorii (40% din totalul zilnic de calorii), deoarece organismul nostru este programat să ardă 100% caloriile pe care le ingerați dimineața. Această capacitate de ardere a caloriilor scade pe parcursul zilei ajungând la 20% seara și 0% noaptea. Dacă aveți probleme cu un apetit mare seara și inexistent dimineața, nu mai mâncați după ora 20. În mai puțin de două săptămâni vă veți trezi dimineața cu un apetit foarte sănătos.

5 Desertul dumneavoastră este 100% natural

Un desert este format din fructe proaspete sau uscate, semințe sau fructe crude în coajă tare. Aici nu este vorba numai de calorii, ci și de calitatea alimentelor din dietă. Deserturile „clasice" conțin mulți carbohidrați răi (făină albă, zahăr), grăsimi rele (saturate, trans) și sunt drumul sigur către acumularea kilogramelor. Mai mult, creează dependență și favorizează boli grave, iar cu cât consumați mai multe, cu atât veți vrea și mai multe.

În contrast, fructele, proaspete sau uscate, conțin carbohidrați buni, care oferă corpului energie și vitamine. Ca să nu mai vorbim de antioxidanții puternici care previn bolile și întârzie îmbătrânirea.

Semințele (de chia, de chimen, de susan, de in, de dovleac etc.) și fructele crude în coajă tare (alune, arahide, fistic, migdale, nuci etc.) sunt foarte sățioase și doldora de minerale și grăsimi bune. În plus, aduc beneficii nenumărate sănătății, toate demonstrate prin studii clinice.

Menținerea este considerată de mulți nutriționiști cea mai importantă parte a unui program de slăbit și nu fără motiv. Revenirea la vechile obiceiuri alimentare care v-au îngrășat vă face din nou să vă îngrășați. Uneori, chiar mai mult decât ați slăbit. De aceea, aceste 5 obiceiuri de minimă igienă alimentară vă vor ajuta să vă mențineți silueta pe termen lung, fără înfometare și frustrări.

Dosarele frumusetii

Atenție la soare

În sezonul cald devine de mare actualitate preocuparea privind protejarea pielii de razele ultraviolete ale soarelui. Prevenim astfel îmbătrânirea precoce și diminuăm riscul de cancer al pielii.

Pentru a ne proteja vom purta haine în nuanțe deschise, pălării cu borul larg și ochelari de soare. Și chiar dacă tentația de a ne bronza mult și repede este mare, trebuie evitată expunerea la soare în intervalul orar 11^{00}-16^{00} și fără loțiuni de protecție.

Specialiștii ne amintesc că putem alege între două tipuri majore de filtre UV, unele chimice și altele minerale. Cele mai multe produse de fotoprotecție sunt cele cu filtru chimic, bazat pe utilizarea de substanțe chimice (a căror înșiruire o puteți identifica pe produsul ales). Acestea pătrund în piele, iar după 20 de minute de la aplicare absorb razele solare care ajung în contact cu epiderma. Aceste loțiuni nu necesită aplicarea în cantități mari, mențin aspectul natural al pielii și au o eficacitate importantă. Formulele cu filtre multiple asigură protecție atât împotriva razelor UVA, cât și UVB, ambele fiind responsabile de îmbătrânirea prematură a pielii.

Alte produse de protecție sunt filtrele fizice de protecție solară care incumbă particule fine de minerale (dioxid de titan sau oxid de zinc). Acestea, după ce se aplică rămân pe suprafața pielii, având capacitatea de a reflecta radiațiile UV. Recomandate mai ales persoanelor cu piele sensibilă, substanțele minerale protejează imediat împotriva radiațiilor UV.

Gastronomice

Pastă de pește

O conservă de pește în ulei (200 g), 2 cepe, 100 g maioneză, 3-4 castraveți murați, piper, sare.

Se scurge peștele de ulei, se zdrobește cu furculița, se amestecă bine cu ceapa tăiată foarte fin, cu castraveții murați rași pe răzătoarea fină și storși de zeamă, cu maioneza. Se potrivește de sare și piper. Se așază pe un mic platou, se ornează cu măsline, cu felii de castravete murat sau cu felii de ou fiert tare.

Dovlecei umpluți

4 dovlecei, 2-3 ouă, 150 g brânză, 50 g unt, piper, sare, pătrunjel verde, iaurt, mărar.

Dovleceii se curăță de coajă, se taie în lungime și se scoate miezul. Se toacă miezul mărunt și se adaugă brânza mărunțită, ouăle, piperul, sarea și pătrunjelul tocat. Se umplu dovleceii și se așază într-o tavă unsă iar deasupra se toarnă puțină apă și untul topit. Se dau la cuptor până se rumenesc, apoi se servesc cu iaurt.

Griș cu fructe

500 ml lapte, 200 g griș, 3-4 linguri zahăr, o lingură unt, pesmet, vanilie, coajă de lămâie, scorțișoară, fructe din compot fără sâmburi.

Se pune grișul cu laptele să fiarbă cu zahăr, vanilie și coajă de lămâie rasă, amestecându-se mereu să nu se prindă și se fierbe până se îngroașă. Se amestecă apoi cu fructele și se răstoarnă pe un platou. Se rumenesc în unt sau ulei 3-4 linguri cu pesmet, se amestecă fără să se ardă. Se dă deoparte, se pune zahăr și scorțișoară, se amestecă, se toarnă peste griș. Cine dorește servește și cu frișcă.

Înghețată de vișine

500 g vișine, 500 ml lapte, 250 g zahăr, 1 pahar apă, sucul de la o lămâie.

Se spală bine vișinele, se scot sâmburii, se zdrobesc și se strecoară prin sită. Pentru un pahar de suc de vișine se pun câte 2 linguri cu zahăr dizolvat în lapte. Se adaugă suc de lămâie. Se pune în forme și se dă la congelator.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Şi senatul Braziliei întreabă de OZN-uri

La al XXV-lea Congres brazilian de ufologie, desfăşurat la Curitiba, Brazilia, pe 18-20 martie 2022, senatorul Eduardo Girão, venit special pentru a participa la eveniment, a anunţat că Senatul Federal brazilian va ţine prima audiere publică pentru a discuta despre UAP/OZN-uri, profitând de aniversarea a 75 de ani de la Ziua Mondială a Farfuriilor Zburătoare, care este pe 24 iunie 2022.

Iniţiativa audierii a aparţinut lui Eduardo Girão, cu sprijinul senatorilor Eliziane Gama, Alessandro Vieira, Izalci Lucas, Jorge Kajuru, Marcos do Val, Paulo Rocha şi José Reguffe. Va fi un moment unic în ţară şi în lume – a declarat Girão, la Curitiba – Niciodată în istorie şi în nicio naţiune de pe planetă un Senat nu şi-a deschis sesiunea pentru a discuta tema ufologiei. „Suntem siguri că senatorii vor primi cu braţele deschise informaţiile despre realitatea OZN".

Eforturile recente ale Senatului brazilian sunt parţial rezultatul unei iniţiative conduse de civili care a început în 2004, lansată de A.J. Gevaerd, editorul revistei braziliene „Revista OZN" şi de Comisia braziliană a ufologilor (CBU), prin iniţiativa numită „OZN-uri: Libertatea de informare acum", care a rezultat într-o invitaţie adresată în 2005 membrilor ambelor grupuri de a participa la Centrul Integrat pentru Apărare Aeriană şi Control al Traficului Aerian al Braziliei (CINDACTA) şi Comandamentul Brazilian de Apărare Aerospaţială (COMDABRA) din Brasilia, unde li s-a acordat acces la un mare număr de documente guvernamentale legate de UAP/OZN.

O nouă realitate

La cel de-al 25-lea Congres anual OZN din Curitiba, Gevaerd, care este şi reprezentantul Braziliei în ICER, a declarat lui Micah Hanks de la publicaţia *The Debrief* că a fost contactat de senatorul Girão la sfârşitul anului trecut şi acesta l-a invitat să ajute la organizarea audierii propuse. „Am discutat despre asta", a spus Gevaerd, „şi chiar în această săptămână el a declarat-o oficial." „Ne vom întâlni pentru o după-amiază întreagă în Brasilia", unde el şi alţi cercetători vor vorbi cu senatorii şi congresmenii prezenţi „despre dovezi OZN, cercetători, documente oficiale, cele mai bune cazuri... tot ce avem mai bun despre OZN-urile din Brazilia". „Este timpul ca Naţiunea să cunoască oficial prezenţa extraterestră pe Pământ", a declarat Gevaerd, „Senatorii trebuie să cunoască această nouă realitate".

Justificarea prezentată Senatului Federal pentru aprobarea audierii publice privind OZN-urile, care a fost numită oficial „Comemorarea a 75-a a Zilei Mondiale a Ufologiei", într-o sesiune specială, a fost pregătită în comun de consilierul senatorului Girão, Francisco Neto şi de editorul A. J. Gevaerd şi are următorul conţinut:

„Existenţa altor forme de viaţă pe alte planete din Univers, în special a inteligenţelor avansate, a stârnit întotdeauna imaginaţia şi curiozitatea umanităţii. Din Evul Mediu până în zilele noastre, în principal în ultimele decenii, oameni de ştiinţă au afirmat categoric că există o pluralitate de lumi locuite dincolo de Pământ, ceea ce azi reprezintă un consens absolut în rândul oamenilor de ştiinţă.

Ca să vă faceţi o idee, numai în galaxia noastră, Calea Lactee, există aproximativ 200 de miliarde de stele ca Soarele, în jurul cărora se află planete, iar una dintre ele, Pământul, are viaţă inteligentă. Dacă această condiţie se regăseşte în doar 10% din Calea Lactee, atunci vom avea cel puţin 20 de miliarde de planete cu viaţă inteligentă, iar aceste lumi ar putea fi puţin, mult sau inimaginabil mai avansate decât suntem noi. Şi Universul are aproximativ 3,1 trilioane de galaxii. Acestă pluralitate de lumi locuite are implicaţii tehnologice, morale şi spirituale importante pentru umanitate.

Din timpuri imemorabile şi până în prezent, oamenii au văzut pe cer obiecte zburătoare ciudate, neidentificate, deseori la viteze foarte mari şi efectuând manevre incredibile, de neconceput chiar şi pentru tehnologia noastră actuală. Acestea sunt aşa-numitele OZN-uri, cunoscute şi de armata SUA ca «fenomene aeriene neidentificate (UAP)», în lipsa unei terminologii mai bune.

De zeci de ani, cel puţin 30 de naţiuni de pe Pământ au înfiinţat comisii de cercetare pentru aceste vehicule, iar unele, precum Statele Unite, au înregistrări impresionante ale acestor obiecte, pe filme realizate de organe ale Pentagonului. În unele cazuri, OZN-urile au fost filmate zburând cu peste 17.000 de kilometri pe oră. Astăzi, în întreaga lume, se caută deschiderea guvernamentală pentru ca adevărul descoperit de aceste naţiuni şi de organismele lor de cercetare să fie dezvăluit marelui public.

De când au început să apară cu o intensitate mai mare, în 1945, odată cu apariţia armelor atomice, OZN-urile au atras şi atrag în continuare un număr tot mai mare de savanţi, ufologi, care se dedică cercetării manifestărilor lor şi informării societăţii asupra faptelor, rol care ar trebui să cadă în sarcina guvernelor. Iar după o observare masivă de OZN-uri în Statele Unite şi în alte ţări, inclusiv Brazilia, 24 iunie 1947 a fost stabilită ca «Ziua Mondială a Farfuriilor Zburătoare», sărbătorită anual de ufologi".

„Brazilia apare în acest scenariu ca prima naţiune care a recunoscut oficial că OZN-urile există cu adevărat", afirmă justificarea. „Acest lucru s-a întâmplat într-o întâlnire deschisă a societăţii, armatei şi presei, desfăşurată la Escola Superior de Guerra (ESG), din Rio de Janeiro, în 1954, când comandantul de atunci al Forţelor Aeriene João Adil de Oliveira a atestat celor prezenţi realitatea acestor obiecte zburătoare şi a caracteristicilor lor tehnologice avansate... Franţa a făcut acelaşi lucru, ajungând pe locul al doilea, doar în 1976, cu 22 de ani mai târziu", adaugă documentul.

Rony Vernet, un inginer de calculatoare brazilian, care urmează în prezent un masterat în fizică, a fost, de asemenea, implicat în a-l ajuta Gevaerd să planifice audierea. „Cu ceva timp în urmă am luat legătura cu Gevaerd pentru a prezenta o propunere de a aduce Congresul brazilian mai aproape de ceea ce s-a făcut în SUA de ceva timp", a spus Vernet pentru *The Debrief*. El e fondatorul *UAP Brazilia*, un site web care examinează fenomene aeriene neidentificate raportate în ţară. Vernet a obţinut recent „peste 100 de pagini de documente şi 20 de minute de videoclipuri despre întâlnirile triburilor indigene cu UAP". Vernet a spus că este deosebit de interesat de evoluţiile UAP care au loc în Statele Unite şi a sperat că oficialii guvernamentali brazilieni ar putea fi, de asemenea, dispuşi să se implice în subiectul UAP.

Incidente delicate

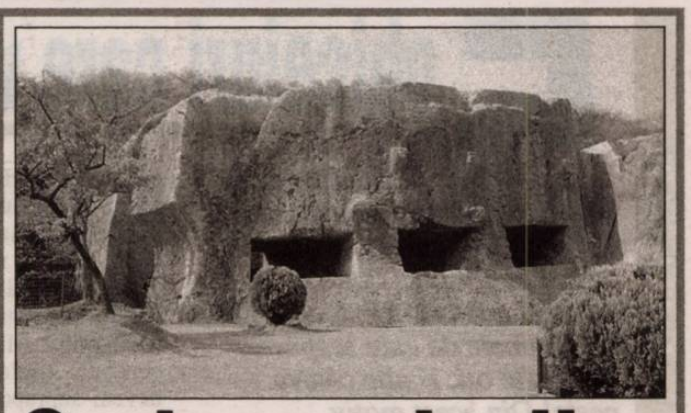
„Sesiunea specială de la congresul brazilian va fi un eveniment public", spune Vernet, adăugând că el va fi printre cercetătorii prezenţi şi va prezenta „cele mai importante puncte ale documentelor publicate de guvern despre cazurile din nordul ţării, implicând sate de pescari şi comunităţi indigene din anii 70 până în prezent."

„Sunt incidente delicate", a spus Vernet pentru *The Debrief*, „întrucât implică persoane lovite de razele de lumină de la UAP, unele cu vătămări recuperabile, iar altele cu sechele permanente". Unele dintre incidentele descrise de Vernet au fost investigate de *Operação Prato* (Operaţiunea Farfuria) a forţelor aeriene braziliene între 1977 şi 1978. Programul şi-a concentrat anchetele în principal asupra evenimentelor UAP care erau raportate frecvent în jurul oraşului Colares din statul brazilian Pará.

Gevaerd a declarat pentru *The Debrief* că Brazilia a avut „patru sau cinci comitete sau programe diferite pentru cercetarea OZN". Anterior de *Operação Prato* cu aproape un deceniu a fost Sistemul de Investigare a Obiectelor Aeriene Neidentificate (SIOANI) de la Comandamentul Aerian Regional IV (COMAR), din São Paulo. Un efort similar de investigaţie a fost lansat în 1986, în urma unui incident mediatizat pe scară largă care a implicat urmărirea a 21 de obiecte sferice mari de către piloţii forţelor aeriene braziliene. „Acum, în biblioteca publică din Arhivele Naţionale din Brasilia, există 20.000 de pagini de documente OZN produse de Forţele Aeriene braziliene, cu acces gratuit pentru public." a subliniat Gevaerd.

Vernet crede că prezentarea în Senatul brazilian a unor informaţii bine documentate despre fenomene aeriene neidentificate ar putea încuraja ţara să urmeze iniţiative precum cele văzute în Statele Unite, de pildă o lege pentru crearea unui birou de cercetare care să implice organizaţii civile şi militare, cum ar fi ceea ce a fost propus prin „Amendamentul Gillibrand" din 2021.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ



Cariera uriaşilor

Pe muntele Yanmen Shan, situat la 20 de kilometri est de Nanjing, China, se găseşte legendara carieră Yangshan. Deşi se presupune că a fost exploatată cel puţin din timpul celor şase dinastii (220-589 d.Chr.), majoritatea lucrărilor de la Yangshan sunt atribuite valului de construcţii ridicate după întemeierea dinastiei Ming în 1368 d.Chr., când noul împărat, Zhu Yuanzhang, a ales Nanjing pentru a deveni capitala sa.

Legenda relatează că fiul împăratului a ordonat ridicarea unei stele gigantice, în 1405 d.Chr., pentru mausoleul Ming Xiaoling, construit pentru tatăl său, chiar de către acesta, fiind finalizat ulterior în timpul domniei fiului. Cariera de munte Yangshan a fost aleasă de constructorii din oraş, care au tăiat şi finisat trei blocuri enorme de pe munte, înainte de a-şi da seama că acestea erau mult prea mari.

În acel moment, au abandonat lucrarea în favoarea unui proiect mai realist. Cât de mari sunt blocurile de piatră dimensionate greşit? Stela pe care aceşti zidari au ajuns să o taie are 6,70 metri înălţime (8,78, dacă includem înălţimea ţestoasei de piatră pe care este aşezată), iar întregul ansamblu ar cântări aproximativ 100 de tone.

Dacă ar fi fost asamblată, stela pe care se spune că au realizat-o greşit ar fi fost de peste opt ori mai înaltă – 73 de metri şi de peste 310 ori greutatea ei – 31.000 de tone. Pentru comparaţie: o maşină obişnuită cântăreşte între 1 şi 1,5 tone; cel mai mare monolit din lumea antică şi modernă este „Piatra Tunetului", de 1.250 tone, mutată de Rusia în 1770!

Ce i-ar fi putut determina pe maeştrii constructori ai împăratului să creadă că pot transporta trei blocuri, însumând 31.000 de tone, cale de 20 de kilometri, prin munţi? Cum a putut fi încredinţată lucrarea unei echipe atât de incompetente?

Diferenţele severe în ceea ce priveşte dimensiunea, plasarea şi forma tăieturilor indică faptul că acestea nu au fost niciodată menite să fie aşezate împreună sau chiar mutate; dacă ar fi fost, nu ar fi fost tăiate toate în acelaşi timp şi în moduri atât de disparate. Trebuie luat în considerare şi conflictul de lungă durată cu mongolii, care absorbea o mare parte din resursele şi atenţia chinezilor. Această perioadă nu pare a fi deloc potrivită în derularea unuia dintre cele mai faraonice proiecte de inginerie cunoscute de om, un proiect care nu ar fi reprezentat nimic mai mult decât o impresionantă piesă de artă.

O cercetare rapidă a sitului dezvăluie o multitudine de incizii ce nu ar fi fost făcute niciodată dacă zona ar fi fost o simplă carieră. Pe exteriorul şi interiorul blocurilor imense sunt elemente sculptate, tăiate cu precizie, dar care nu par a avea logică şi coerenţă.

Gravate la adâncimea de 1-2,5 cm, aceste modele par să fi fost lucrate în suprafeţele interioare ale structurilor în acelaşi mod în care fenomenele entoptice au fost încorporate în unele dintre cele mai vechi situri de artă rupestră din lume.

Fenomenele entoptice, într-un context arheologic, sunt tipare care apar în mod natural în ochi sau creier, apoi folosite ca motiv artistic. Strămoşii noştri obişnuiau să intre în stări modificate de conştiinţă – prin utilizarea compuşilor psihedelici naturali – şi apoi sculptau sau pictau fenomene entoptice, printre altele, în interiorul peşterilor şi pe feţele de stâncă.

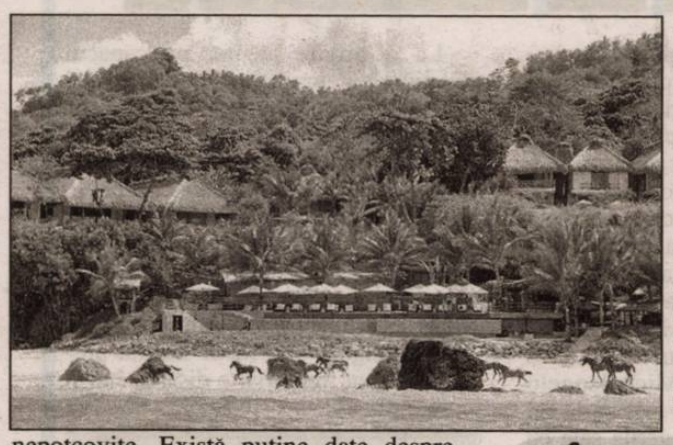
Dacă gravurile din Yangshan indică fenomene entoptice, acest aspect ar putea plasa situl într-o perioadă mult mai îndepărtată a Antichităţii, celelalte exemple de fenomene entoptice din arta rupestră fiind de obicei datate la zeci de mii de ani vechime. Există nenumărate motive pentru a considera acest sit mult mai mult decât o simplă carieră. Dar toate acestea să se fi realizat cu mii de ani în urmă?

De ce au fost demontate în secret anumite „piese" din structura ansamblului, iar unele zone ale sitului sunt interzise vizitării? Se pot ascunde aici tehnologii inginereşti la care astăzi nici măcar nu visăm?

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Insula lemnului de santal

În Delta Dunării, „caii de la Letea", superbele animale care nu cunosc frâul ori zăbala şi care s-au întors în timp, în semisălbăticie, pot deveni o prezenţă şi imagine emblematică pentru mirifica zonă de la gurile fluviului. Pe o insulă din arhipelagul indonezian, izolată mult timp de restul lumii, trăiesc cei mai fericiţi cai din lume.



Descendenţa ancestrală

Sumba este cunoscută ca „insula uitată" din Indonezia sau „insula cailor". Un secret bine păstrat printre aventurieri, această bijuterie ascunsă se află, în mod surprinzător, la doar o oră de zbor de principalul centru turistic din Bali. Sumba este o destinaţie pentru călătorul atras de experienţe insolite; nu are barurile, restaurantele, magazinele şi cultura cafenelelor unui loc precum Bali.

Natura oferă cel mai valoros produs al său, senzaţia palpabilă de libertate, care încă mai este stăpână peste acest colţ de rai. Caii par a fi suveranii neîncoronaţi ai plajelor pe care gonesc în voie, spulberând nisipul fierbinte cu copitele lor nepotcovite. Există puţine date despre viaţa pe Sumba înainte de sosirea coloniştilor în anii 1500. În 1522 au sosit primele corăbii portugheze şi mai târziu, colonialiştii olandezi au venit aici, realizând abundenţa de lemn de santal pe insulă, pe care l-au exploatat pentru profituri uriaşe.

Săpăturile arheologice au scos la iveală schelete umane şi ulcioare de lut din perioada paleolitică, acum 2.800-3.500 de ani, precum şi megaliţi antici, specifici populaţiilor melaneziană şi austroneziană, care locuiau pe insulă. De-a lungul anilor, s-a dezvoltat religia locală Marapu, centrată pe onorarea descendenţei ancestrale, care are un sistem de credinţe ce însumează viaţa, naşterea şi moartea, precum şi ritualuri care se exprimă prin închinarea la Divinitate.

Marapu stă la baza credinţelor filozofice şi a identităţii culturale a poporului sumbanez, dând naştere lăcaşurilor tradiţionale de cult (umaratu), arhitecturii distinctive, sculpturilor decorative, textilelor, bijuteriilor şi armelor.

În armonie cu spiritele şi natura

Sate cu case tradiţionale ale sumbanezilor, construite în jurul mormintelor ancestrale, pot fi găsite pe toată insula. Acoperişurile ascuţite disting clădirile Marapu, care sunt realizate din lemn cu temelie de piatră sau lemn şi acoperiş din iarbă de Alang.

Ele sunt de obicei construite pe dealuri sau versanţi pentru a fi mai aproape de spiritele ancestrale, zona locuită fiind închisă cu ziduri de piatră. Satele sunt de obicei amenajate cu cea mai mare casă în centru: clădirea ceremonială folosită pentru ritualuri şi rituri pentru întreaga populaţie. O casă tradiţională are trei niveluri, fiecare dintre ele cu o semnificaţie simbolică. Lumea de sub casă (uma dalu) este locul unde trăiesc animalele. Deasupra, se află spaţiul de viaţă uman (baga), iar în căpriori şi acoperişul cu vârf se află lumea spirituală în care locuiesc zeii şi spiritele ancestrale (labu baga). Doar bătrânii au voie în acest spaţiu, unde sunt aşezate obiecte cu semnificaţie spirituală, ca ofrande pentru spirite şi sunt depozitate proviziile. Conform credinţelor Marapu, nivelurile casei semnifică relaţia armonioasă dintre om şi Dumnezeu. Casa tradiţională nu este doar un spaţiu de locuit şi de adăpost, ci şi o parte importantă a societăţii şi un loc de ceremonie.

Sumba este cel mai bine reprezentată de cai. Animal plin de spirit şi agil, cu rezistenţă bună şi o dispoziţie prietenoasă, aşa-numitul „ponei din lemn de santal" este singura rasă de cai din Indonezia exportată în străinătate: ca ponei pentru copii în Australia şi cai de curse în Singapore, Malaezia şi în alte regiuni ale Asiei de Sud-Est.

Una dintre cele opt rase oficiale de cai din Indonezia, poneii din lemn de santal au urechi mici, gâtul scurt şi musculos şi spatele neobişnuit de lung. Linia lor datează din secolul al VIII-lea, când comercianţii din China au vizitat pentru prima dată Indonezia şi au schimbat cu localnicii poneii mongoli cu lemn de santal.

Mai târziu, au fost încrucişaţi cu cai arabi aduşi de comercianţi din Orientul Mijlociu, rezultând un mix între un cal foarte rapid, şi un cal robust, cu mai multă rezistenţă. Sumbanezii au găsit o mulţime de alte utilizări pentru ponei: simboluri de statut, plăţi de zestre, sacrificii la înmormântări şi pentru transport.

„Caii sunt cei mai buni prieteni ai noştri în Sumba, o parte a familiei, spun localnicii. A deţine unul este un simbol al mândriei. Dacă o persoană are un cal, înseamnă că are un caracter bun."

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Muzeul Vrancei din Focşani

În anul 1951, printr-o decizie a organismelor administrative de atunci, s-a înfiinţat, ca instituţie distinctă în peisajul cultural, Muzeul de Istorie şi Etnografie. După o campanie intensă de acumulare a materialului muzeistic (în speţă etnografic) s-a organizat o expoziţie mixtă în localul din B-dul Gării nr. 6.

Între anii 1972-1974 s-au reorganizat toate expoziţiile de bază ale muzeului focşănean, ca urmare a unei activităţi intense de cercetare, documentare şi de îmbogăţire a patrimoniului muzeului prin achiziţii şi donaţii.

Tot acum muzeul a mai primit încă un spaţiu, cel din B-dul Gării nr. 8, în care, în anul 1979, a fost inaugurată o amplă expoziţie etnografică structurată pe prezentarea ocupaţiilor tradiţionale (păstorit, rotărit, viticultură, meşteşuguri artistice) ale locuitorilor din Vrancea, a portului popular vrâncean şi al textilelor ţesute în casă.

Dezvoltarea sa ascendentă, bogăţia patrimoniului, numărul crescut al specialiştilor, profesionalismul probat prin activitatea de cercetare şi valorificare a istoriei locale şi naţionale, au făcut din muzeul vrâncean cea mai semnificativă şi de ţinută instituţie culturală vrânceană.

Muzeul vrâncean deţine în prezent un inventar bogat format din peste 20.000 de bunuri arheologice, istorice, memoriale, etnografice, numismatice şi 53.959 de bunuri de ştiinţele naturii.

Începuturile muzeului vrâncean se regăsesc în anul 1928, în constituirea unui nucleu în cadrul Liceului „Unirea" din Focşani. Iniţiativa înfiinţării acestuia a avut-o directorul de atunci al liceului, profesorul Alexandru Georgiade. Cu sprijinul profesorilor liceului: Alexandru P. Arbore, N. AL. Rădulescu, Ion Diaconu, colecţia muzeului s-a îmbogăţit cu noi bunuri: arheologice, etnografice, memorialistice.

În anul 1931, în septembrie, la Focşani, a avut loc Congresul Ligii Culturale, care în acel an împlinea 40 de ani de existenţă. Comitetul local al Ligii a delegat pe profesorul N.Al. Rădulescu să organizeze un muzeu cu acest prilej. Astfel a luat fiinţă Muzeul Regional al Putnei, care a fost adăpostit în casa directorului liceului, în trei camere.

În acelaşi an, tot la Focşani, a avut loc Congresul profesorilor de geografie sub preşedinţia lui Simion Mehedinţi, care a donat muzeului 100.000 lei pentru a organiza o expoziţie de etnografie care s-a permanentizat.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

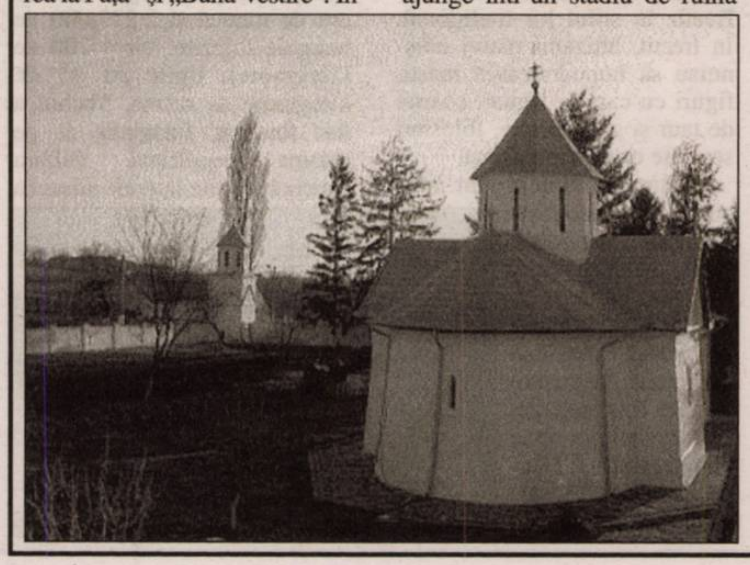
Mănăstirea Săraca

Aflată în judeţul Timiş, în satul Şemlacu Mic, comuna Gătaia, la aproximativ 67 de kilometri de Timişoara, Mănăstirea Săraca este cea mai veche din eparhie.

Nu se cunoaşte momentul exact al ridicării ei dar prima atestare documentară datează din anul 1270. La începutul secolului al XV-lea însă anumite surse franciscane menţionează mănăstirea drept un centru de rezistenţă împotriva încercărilor de catolicizare a populaţiei din Banat. De aceea o numeşte „pepinieră de schismatici".

Mănăstirea, cu obşte de călugări are hramurile „Schimbarea la Faţă" şi „Buna Vestire". În secolul al XVIII-lea adăpostea o şcoală de pictori iconari. În anul 1778 însă mănăstirea este închisă din ordinul împăratului Iosif al II-lea iar monahii sunt obligaţi să părăsească aşezământul în vreme ce odoarele sunt transferate la mănăstirea „Mesic" de lângă Varset (Voivodina – Serbia).

În 1782 autorităţile austriece scot la licitaţie clădirile care sunt cumpărate de Ioan Ostoici, un personaj bogat din Timişoara. Familia acestuia păstrează proprietatea 150 de ani şi deşi în biserică îşi amenajează şi cripta pentru odihna veşnică, locaşul este lăsat în părăsire. De aceea ajunge într-un stadiu de ruină avansată, de unde şi numele „Săraca". În anul 1932 este cumpărată de Episcopia Caransebeşului şi redevine mănăstire. În urma decretului din 1959 este din nou desfiinţată şi funcţionează până în 1990 ca biserică de parohie pentru satul Şemlacul Mic. După restaurare, biserica îşi recapătă statutul de mănăstire şi se încep o serie de construcţii, printre care un paraclis şi un grup de chilii.



Biserica veche a mănăstirii a fost rezidită din piatră şi cărămidă în anul 1443 de Macarie, un ucenic al Sfântului Nicodim de la Tismana. În 1730 este renovată de Giuriciko Lazarevici şi fiii săi, Nicolae şi Chiriac. Este construită sub formă de cruce greacă având absida Altarului semicirculară. Are o turlă octogonală deasupra naosului iar actualul pridvor a fost adăugat în secolul al XIX-lea. Exteriorul este sobru, lipsit de decoraţii. Fresca, de mare valoare, datează din 1730, autorii rămânând necunoscuţi.

Paraclisul „Sfânta Maria Egipteanca" deţine unul dintre degetele acesteia iar în biserică sunt păstrate moaşte ale Sfinţilor Nicolae, Tecla şi Filofteia. În biserică există de asemenea o icoană a Maicii Domnului, considerată făcătoare de minuni. Între anii 2001-2005 este ridicată noua biserică a mănăstirii, pictată între 2006-2007 de pictorii Constantin şi Petronia Dumitrescu-Gheorghe.

IRINA STOICA

Artistul ascuns în propria creație

Înainte de impresionism și modernism, pictorii nu au fost niciodată tentați să-și imortalizeze propriul chip, așa cum au făcut-o ulterior în autoportrete „giganți" ai domeniului, ca Rembrandt, Van Gogh, Picasso sau Frida Kahlo.

În schimb, unii dintre ei și-au camuflat identitatea în lucrări, aproape ca o semnătură ce susține opera de artă. Artiștii au folosit în mod deliberat această tehnică pentru a transmite narațiuni complexe pe care nu le puteau portretiza niciodată, deoarece majoritatea acestor lucrări erau comandate de nobili cu o ideologie diferită sau de către capi ai bisericii, intransigenți în privința respectării anumitor canoane.

„Martirizarea" lui Michelangelo. Genialul artist și arhitect renascentist nu a avut un drum neted în viață, fiind obligat să suporte în special imperativele autoritare ale Bisericii Catolice, sculpturile și picturile sale

„în nud" (inclusiv ale personajelor biblice) oripilând clerul. Vorbim despre un artist de excepție, care nu-și putea abandona propria viziune asupra lumii, astfel că el a respectat protocoalele papale, însă și-a plasat totodată elementele viziunii personale în detalii mai dificil de observat.

În Judecata de Apoi pictată pe altarul Capelei Sixtine, apare Sfântul Bartolomeu, martirizat prin jupuirea de viu, etalându-și pielea jupuită. Aceasta are și fața personajului, care însă, la o privire mai atentă, se dovedește a fi portretul artistului. Michelangelo a folosit aici metoda numită anamorfoză, prin care un element din tablou este deformat astfel încât să poată fi identificat numai privit dintr-un anumit unghi. Se presupune că, la fel cum Bartolomeu își descoperă soarta, Michelangelo pare să anticipeze dacă va pleca în rai sau în iad, după neînțelegerile sale cu Biserica.

Victimă și agresor. O tulburătoare punere în operă a unei experiențe traumatizante personale îi aparține uneia dintre foarte puținele femei acceptate în secolul al XVII-lea, ca pictor: Artemisia Gentileschi. La 17 ani, aceasta fusese victima unui abuz sexual din partea unui profesor de desen, episod dramatic ce a urmărit-o mereu, inclusiv în creația artistică.

În tabloul Judith și Holofernes (cca. 1620), în posturile celor două personaje biblice se identifică însăși Artemisia (în persoana unei Judith mânate la a ucide de o furie oarbă) și violatorul său, care ia chipul lui Holofernes decapitat. Este o evidentă încercare de a elimina frustrările și furia, folosindu-se de răzbunarea simbolică prin intermediul creației artistice.

Oglindire pe un capac de ulcior. În același secol (la 1615), o femeie artist a găsit o modalitate surprinzătoare pentru a-și zugrăvi chipul, într-o natură moartă. Clara Peeters se încadrează în categoria pictorilor olandezi deveniți adevărați maeștri în ilustrarea unor asemenea scene inanimate, în cazul de față autoarea prezentând, pe o masă, brânzeturi, migdale și covrigei, alături de care se află un ulcior cu capac.

La o privire atentă, pe capacul metalic al ulciorului se poate deslușI oglindirea chipului pictoriței, ușor deformat de curburile obiectului. Nu în ultimul rând, deși tabloul nu poartă semnătura evidentă a autoarei, numele acesteia se află clar incizat pe cantul mânerului cuțitului aflat pe marginea mesei.

Păpușa din vis. Cumva atipic pentru arta autoportretizării, Paul Gauguin și-a făcut simțită prezența într-un mod foarte discret, într-o lucrare plină de sensibilitate – Micuțul

visează (1881) – care relevă evidente valențe psihanalitice de mare profunzime, ca o imersiune nemărturisită în propria copilărie pierdută în trecut.

Artistul nu apare ca martor real ori ca element figurativ animat, ci în postura unei păpuși cu chip de bufon, care însă nu are deloc o înfățișare prietenoasă și nicidecum amuzantă. Ea apare lângă pătuțul în care doarme un băiat și pare a reprezenta însuși visul acestuia; un coșmar din care pictorul-pesonaj a evadat, pentru a ne arăta că lumile nevăzute nu arată așa cum ne-am dori să fie și că nici copiii nu sunt ocoliți de asemenea experiențe.

Pierdut în mulțime. Unii pictori nu rezistă tentației de a se „vedea" ca martori ai unor evenimente deosebite, dar pentru a nu-și atrage aprecieri nefavorabile preferă să rămână în imagine cel mult ca personaj secundar, dacă nu chiar ca simplu figurant. O evidentă prezență semnificativă într-un tablou, ca o mărturie a propriului crez politic, ne oferă Jacques-Louis David, în monumentala pictură Încoronarea lui Napoleon. Artistul, care a participat personal la încoronare, a pictat subiectul cu toate detaliile sale de culoare și ornamente. David s-a inclus pe sine însuși în tablou, notând detaliile încoronării, în timp ce stă în boxa teatrului.

Cursuri de fericire

Psihologii, sociologii și alți profesioniști care cunosc toate nevoile fiecărui om ne sfătuiesc cum să ne comportăm, cum să relaționăm cu cei apropiați ori cu străinii, cum să călătorim etc. Astfel, ne asigură ei, vom trăi fericiți până la adânci bătrânețI.

Mai nou însă, unii au venit cu o idee ce va transforma orice societate într-un fel de tabără de instruire generală în domeniul fericirii. Fericirea a devenit... o disciplină de curs care se predă în școli din Elveția, Germania și Austria. În unele unități de învățământ, ea este chiar obligatorie, cu ore săptămânale și evaluări. Cum se pot imprima anumite sentimente și stări sufletești sau cum poate fi convins un om că *trebuie* să simtă un anumit lucru în anumite împrejurări și să reacționeze ca atare? Este destul de greu de înțeles cum se obișnuiesc cu ideea de libertate individuală situată între limitele civilizate, dar să vedem!

În primul rând, este interesant amănuntul că toți cei 2.000 de profesori de fericire au fost formați (pentru 200 de școli din cele trei țări) la Institutul Fritz Schubert, situat în orașul german Heidelberg. Prestigioasa publicație *Frankfurter Allgemeine Zeitung* menționează că, „de fapt, obiectivul nu e de a fi mai fericiți ori de a cuantifica în ce măsură resimțim starea de fericire, ci cursul a fost creat pentru a reda dorința de a învăța, de a întări personalitatea și a se afirma ca individ".

Ar fi vorba despre exerciții practice menite să activeze sentimentele pozitive la elevi. Pentru aceasta, ei lucrează în grupe mici și trebuie să povestească despre dificultățile cu care se confruntă în fiecare zi. Exercițiile au și un caracter ludic. Copiii trebuie să își identifice punctele forte, să le noteze pe etichete și să le lipească pe baloane cu care să construiască turnuri cât mai înalte. Nu există caiete de notițe, nici teme scrise pe tablă ori de rezolvat acasă.

Această inițiativă a unui fost profesor, în vârstă de 74 de ani, are adepți pe măsură, unul dintre institutori afirmând, cu satisfacția descoperirii unei metode geniale de educație și învățat: „Sunt conectat cu elevii într-un mod deosebit. Fiindcă noi vorbim despre sentimente. Și, cu cât relația dintre copii și profesori este mai bună, cu atât cei mici se simt mai degajați, pot să învețe și să beneficieze mai bine de conținutul cursului.".

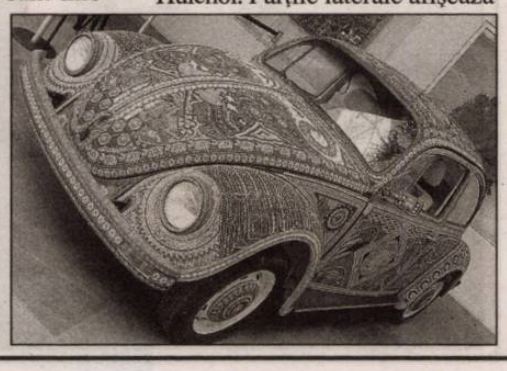
„Gândacul" Vochol

Volkswagen Beetle este una dintre cele mai faimoase mașini din toate timpurile. Producția sa a început în 1938 și s-a încheiat în 2003, cu peste 21 de milioane de unități construite, fiind primul model construit de Volkswagen, conceput ca o mașină accesibilă.

Mulți proprietari au personalizat și au creat exemplare unice ale modelului, dar poate niciuna nu este la fel de remarcabilă ca Vochol, un Beetle decorat cu peste 2 milioane de mărgele de sticlă.

Numele Vochol este o combinație între „vocho", un termen folosit pentru gândac în Mexic și „Huichol", numele unui grup indigen de oameni, faimoși pentru piesele lor de artă unice, viu colorate, realizate cu fire, semințe și mărgele. În 2010, artizanii Huichol au primit sarcina de a decora un VW Beetle în stilul lor tradițional. În trecut, artizanii nativi obișnuiau să împodobească măști, figuri cu cap de jaguar, coarne de taur și alte obiecte, folosind semințe ca materie primă.

Astăzi, semințele sunt înlocuite cu materiale precum ceramică, sticlă, metal și piatră, care sunt lipite cu un tip de ceară fabricată în statul mexican Campeche. Pentru proiect au fost angajați opt artizani din două familii Huichol. Meșterii au lucrat mai bine de 7 luni, începând din mai 2010 și, după 4.760 de ore de muncă și 2.277.000 de mărgele folosite (circa 200 de kilograme), lipite cu 35 de kilograme de rășină, Vochol a fost finalizat. Imaginile de pe mașină reprezintă cultura Huichol. Părțile laterale afișează



elemente importante din istoria acestora: foc, porumb, soare, peyote, căprioare. Spatele a fost pictat cu imagini de ofrande și un șaman într-o canoe. Plafonul are imaginea unui soare mare și patru vulturi, reprezentând unirea dintre oameni și zei, iar capota conține imagini cu doi șerpi deasupra norilor, reprezentând ploaia.

Ochiul lui Dumnezeu a fost pictat pe mașină ca o figură cu cinci puncte, centrul reprezentând sursa vieții, iar celelalte patru puncte reprezentând lumina, puterea, cunoașterea, istoria, agricultura și timpul prezent. Înscrisurile „100 de ani de la Revoluția Mexicană" și „200 de

ani de independență", în limba nativă Huichol, sunt plasate pe aripioarele din față ale Volkswagenului Beetle.

Mașina a fost prezentată la cea de-a opta ediție a expoziției Zona MACO, în decembrie 2010, apoi a călătorit pe glob, pentru a face cunoscută cultura Huichol în întreaga lume, iar în prezent este expus la Muzeul de Arte Populare din Mexico City.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ *...nivelul maxim al mareelor se numeşte „punct amfidronic"?*

◆ *...lemurienii sunt asemănători cu maimuţele dar mult mai mici? Trăiesc*

în Insula Madagascar şi au o „vârstă" de circa 35 de milioane de ani.

◆ *...prin „vad" se înţelege un loc mai puţin adânc în albia unui râu, pe unde se poate traversa de la un mal pe celălalt?*

◆ *...o familie de lei poate avea de la*

4 la 37 de membri? Numărul mediu este de 15.

◆ *...scaunul este una dintre cele mai vechi piese de mobilier? Datează din timpul celei de a treia dinastii din Egiptul Antic (aproximativ 2650-2575 î.Hr.).*

◆ *...şurubul a fost inventat în secolul al III-lea î.Hr.?*

Invenţia este atribuită lui Arhimede.

◆ *...în Grecia Antică, cu excepţia preotesei zeiţei Demeter, femeilor nu li se permitea prezenţa la jocurile olimpice?*

◆ *...marele poet şi prozator român Vasile Voiculescu a*

fost medic? A trăit între 1884-1963.

Ştiaţi că...

Castelul Montpoupon

Mai puţin cunoscut decât alte castele din regiunea Loara, Castelul Montpoupon este situat la intrarea în valea dintre râurile Indrei şi Cher. Construcţia a fost ridicată într-un luminiş înconjurat de trei vâlcele scăldate de cinci pârâuri. Drumul care leagă localităţile vecine, Loches şi Montrichard, trece chiar prin faţa întregului ansamblu actual fără a-i ştirbi eleganţa sa deosebită.

Castelul a fost ridicat între secolele al XII-lea şi al XIII-lea, datare ce rezultă din structurile cele mai vechi ale construcţiei. În perioada respectivă s-a înălţat donjonul de formă cilindrică şi o bază uşor lărgită. Aspectul este tipic medieval, cu ferestre puţine, plasate la o oarecare înălţime şi o bretea cu locuri de tragere în partea de sus. Acoperişul ascuţit încoronează această structură pe care se sprijină un corp lung de locuinţe adăpostind apartamentele. Această parte a edificiului, cu o arhitectură diferită de restul ansamblului, a fost construită în secolele al XV-lea şi al XVI-lea.

Faţada castelului, deşi lipsită de simetrie, pare împodobită prin jocul cărămizilor, pietrele colţuroase şi aranjamentul ferestrelor cu rame în culori deschise. Aripa stângă se termină printr-un turn mai mic, lipsit de ferestre. Aripa dreaptă prezintă un şir de apartamente care în exterior îi oferă o formă poligonală. Pe acoperişul înalt de ardezie se deschid lucarnele ornate cu frontoane triunghiulare. Întregul ansamblu este înconjurat de un zid scund care înglobează şi o altă construcţie mai mică, de formă pătrată, cu turnuleţe cu acoperişuri ascuţite şi o faţadă pe care se pot vedea un portal la intrare, o fereastră şi o lucarnă. Există alături şi o curte de onoare, destul de mică, în care se află puţurile care aprovizionau castelul cu apă.

Castelul a trecut prin mâna mai multor proprietari care de-a lungul vremii au întreprins o serie de lucrări de restaurare. Din 1857 aparţine aceleiaşi familii ai cărei descendenţi locuiesc şi astăzi aici. Din această familie făcea parte şi Jean Baptiste de la Motte

care i-a dat castelului aspectul Renaisance din zilele noastre. Nepotul său, Contele de Lauvencourt a adăugat castelului un muzeu de vânătoare, „Musée du Veneur". Era dedicat de fapt vânătorii la goarnă, sport aristocratic deosebit de îndrăgit de familia sa. Acest fel de vânătoare în care hăitaşii îndreaptă vânatul spre vânători este o acţiune colectivă din care sunt nelipsiţi câinii. Se practică la iepuri, la fazani, la mistreţi, la răpitoare şi chiar la raţe sălbatice.

Muzeul a fost iniţiat de Solange de la Motte Saint Pierre în 1971 cu câteva suveniruri ale echipajului de vânătoare de la Montpoupon pe care le-a strâns din diversele încăperi în care erau expuse. La început erau deschise publicului doar două săli de la parter şi încă una care reprezenta de fapt muzeul. Astăzi acesta are 25 de săli, unele dintre ele fiind dedicate cailor iar altele prezentând pe lângă animale împăiate arme, şi obiecte legate de vânătoare şi călărie sau meserii legate de aceste îndeletniciri.

Din 1995 întregul castel a fost deschis publicului care poate admira mobilierul fin, tablourile şi obiectele de artă. La intrarea în fiecare cameră se declanşează o bandă sonoră care îţi dă explicaţiile necesare celor care nu iau parte la tururile ghidate. Castelul are şi un parc traversat de un pârâu dar farmecul acestuia este completat de pădurea care îl înconjoară.

Simboluri ale umanităţii

Albăstreaua

Este una dintre cele mai frumoase flori de câmp europene întâlnită pe marginea drumurilor sau în apropierea câmpurilor cu cereale. Este de culoare albastră, dar uneori pot fi întâlnite şi asemenea flori violet, roz sau chiar albe.

Din cele mai vechi timpuri avea o simbolistică importantă fiind asociată cu învierea şi reînnoirea naturii. Băieţii purtau albăstrele la pălărie, considerând că, atât timp cât ele nu se vor ofili vor avea noroc în dragoste. Adusă probabil din vestul Asiei, în vechiul Egipt era considerată floarea vieţii şi a fertilităţii şi era cunoscută din mileniul al IV-lea î.Hr., fiind cultivată apoi şi în grădini.

O regăsim şi în Evul Mediu unde era folosită pentru decorarea mormintelor, coroane de albăstrele găsindu-se în mormintele lui Tutankamon şi Howard Carter.

În creştinism, albăstrelele erau asociate cu Sfânta Fecioară şi Iisus datorită culorii ei. Apreciată şi ca plantă medicinală rămâne un simbol al sensibilităţii şi încrederii.

Furnalul Govăjdia

Aflat în judeţul Hunedoara, la capătul vestic al satului Govăjdia, a fost construit începând din anul 1806 şi inaugurat în 1810, numărându-se printre cele mai vechi furnale care s-au păstrat în Europa. Amplasat pe locul unui fost atelier de fier din Evul Mediu, se presupune că piese de fontă produse aici au fost utilizate la construcţia Turnului Eiffel din Paris. Furnalul şi-a încetat activitatea la începutul secolului al XX-lea când Uzinele de fier din Hunedoara au devenit principalul producător de fontă din Imperiul Austro-Ungar. S-a păstrat intact cuptorul care oferă vizitatorilor o mărturie referitoare la industria secolului cu mai bine de 200 de ani în urmă, unde se produceau anual peste 8.000 de tone de fontă cenuşie.

Este o construcţie unică în România, declarată monument de arhitectură industrială.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Supa instant dăunează grav căsniciei

Pentru mulţi oameni care trăiesc sub limita sărăciei, binecunoscutele supe instant, de fapt un ghem de fidea peste care se toarnă apă fierbinte, reprezintă o adevărată mană cerească.

Totuşi, cum ce-i mult nu-i bun, a abuza chiar şi de o mâncare anume îţi poate ruina viaţa. Sau poate că numai sănătatea. Este păţania recentă a unui bărbat din India, care însă a avut puterea să ia o decizie categorică.

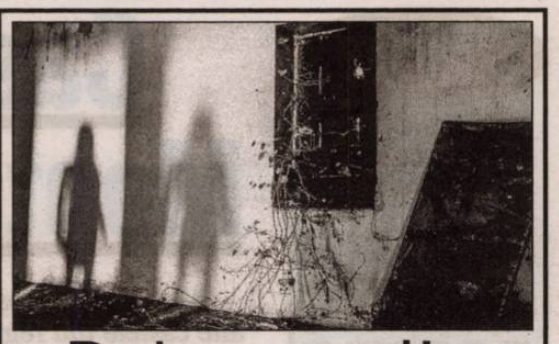
În fiecare zi, soţia acestui bărbat din oraşul Bellary, statul Karnataka, gătea pentru amândoi, spre disperarea lui, în fiecare zi, acelaşi meniu: supe la plic Maggi. În consecinţă, sătul de un astfel de menaj, el a preferat să nu se apuce de gătit, ci mai bine să divorţeze, probabil cu speranţa că următoarea nevastă se va pricepe la bucătărie.

În cererea de divorţ, el a precizat că fideluţa caldă îi era servită la micul dejun, prânz şi seară şi că soţia sa, atunci când făcea piaţa, nu cumpăra

decât ieftinele şi nesolicitantele produse.

Cazul insolit i-a indignat pe mulţi concetăţeni ai nefericitului om, însă – sub impulsul autoritar al imperativului „politically correct", el a fost cel pe care ziarele l-au incriminat, vina lui fiind mult-invocatul sexism şi comportament „patriarhal"! În tot acest adevărat iureş, un judecător a menţionat şi alte cazuri de divorţ cu adevărat bizare, în unul soţul motivîndu-şi cererea prin faptul că soţia nu punea sarea lângă farfuria lui la masă, iar altul avea probleme legate de culoarea unui costum cumpărat de consoarta sa.

În „cazul Maggi", cum a fost numit de presă dosarul din Bellary, finalul a fost cel solicitat de bărbatul îndopat cu fidea, cei doi divorţând amiabil. Conform unei legi din anul 1954, pentru ca un cuplu din India să divorţeze de comun acord, cei doi trebuie să locuiască separat timp de un an înainte de a cere divorţul. Acesta este motivul pentru care rata divorţurilor în India este foarte scăzută, de doar 11%, potrivit unui studiu recent.



Relocare din casa bântuită

Cu creaturile ieşite de prin cotloanele altor lumi, nu e de glumit! Se pare că multe fantome şi strigoi au o apetenţă deosebită pentru locuinţele unor oameni mai slabi de înger, pe care-i terorizează bântuindu-le locuinţele.

Între victimele terorizate se numără şi zece ocupanţi ai unui imobil de locuinţe sociale din oraşul francez Fontenay-aux-Roses, care au început să vadă apariţii stranii, după moartea unuia dintre rezidenţi.

Convinşi că imobilul lor este bântuit, oamenii au trimis o scrisoare primăriei, prin care cer să fie mutaţi urgent în altă clădire, precizând că anumite fenomene paranormale se petrec în mod regulat în actuala lor locuinţă, care altfel nu atrage atenţia în niciun fel.

Zgomote de paşi, mobile care se deplasează singure scoţând sunete sinistre, senzaţie de mâncărime, uşi trântite, viziunea unor umbre şi chipuri translucide, lumini care se aprind în încăperi nelocuite...

Asemenea mărturii se repetă de cel puţin patru ani. Nimic din recuzita filmelor cu stafii nu lipseşte din înfiorătoarea experienţă a celor zece locatari care au semnat cererea de relocare la sfârşitul lunii mai.

Foarte tulburaţi de situaţie şi o parte dintre ei bolnavi, petenţii au dat asigurări că nu e vorba despre un pretext inventat pentru a fi mutaţi într-o clădire mai confortabilă. Pe de altă parte, câţiva asociază straniile incidente cu moartea inexplicabilă a altui locatar, în apartamentul său, în urmă cu trei ani.

De atunci, locuinţa respectivă a rămas nelocuită. Ca răspuns la solicitare, primarul a reacţionat... ca primarul: a promis că va vizita clădirea bântuită, dar a menţionat că fenomenele neobişnuite invocate în scrisoare nu par a reprezenta un motiv serios pentru a-i muta în alt loc.

Reţetă criminală

Dacă lângă un titlu sinistru de genul „Cum să-ţi ucizi soţul" stă numele Agathei Christie, poţi fi liniştit, ştiind că e vorba despre un roman poliţist. Dacă însă apare un nume nu prea cunoscut – cum este cel al unei autoare din Statele Unite – Nancy Crampton Brophy, lucrurile se schimbă radical, fiindcă de data asta ficţiunea se ciocneşte foarte violent cu o realitate macabră şi terifiantă.

Enunţând ideea direct, scriitoarea este autoarea unei crime premeditate, comisă cu sânge rece, relevând evidente probleme patologice ale femeii. De altfel, romanciera de 71 de ani este autoarea altor romane cu titluri care nu au nevoie de prea multe comentarii: „Iad în inimă", „Iubitul cel rău" şi „Soţul cel rău"! Un tribunal din Oregon a găsit-o recent pe Nancy vinovată de uciderea soţului ei, Daniel Brophy, fost profesor la Institutul Culinar Oregon, în urmă cu patru ani. Autoarea cărţii „How to Kill Your Husband" a negat toate acuzaţiile, afirmând că imaginile de supraveghere video în care apare în apropierea locului crimei o arată de fapt în căutarea inspiraţiei pentru cărţile ei, motivând că în acea dimineaţă a avut „un gol de memorie".

Cât despre un pistol dispărut, care este arma crimei conform poliţiei, ea a jurat că l-a cumpărat de dragul realismului, ca recuzită pentru a scrie o carte. Ea respinge, de asemenea, acuzaţia că l-a ucis pe bărbatul care i-a fost soţ timp de 25 de ani, pentru a-şi însuşi 1,5 milioane de dolari, asigurarea de viaţă a acestuia, chiar dacă la momentul respectiv era în mare criză financiară.

În mod ironic, în romanul său, publicat în 2011 şi acum retras de la vânzare, ea a descris diferite modalităţi de a realiza crima perfectă pentru a scăpa de un soţ. „Ca scriitor de thriller romantic, petrec mult timp gândindu-mă la crimă şi, prin urmare, la procedurile poliţiei. La urma urmei, dacă aşa ceva ar trebui să mă elibereze, cu siguranţă nu vreau să-mi petrec timpul în închisoare."

La câteva zile după dispariţia soţului, Nancy scrisese pe Facebook că „nu mai are gust pentru nimic", dar deprimarea declarată nu i-a convins pe cei 12 juraţi de nevinovăţia ei, astfel că acuzata a primit condamnare la închisoare pe viaţă, cu posibilitatea de eliberare după 25 de ani.

Înaintea condamnării, prietenii şi membrii familiei bărbatului ucis au făcut declaraţii. „Ai ales să minţi, să înşeli, să furi şi în cele din urmă să-l ucizi pe bărbatul care a fost cel mai mare susţinător al tău, a spus Nathaniel Stillwater, fiul lui Brophy dintr-o căsătorie anterioară. Ai fost – ca să împrumut un titlu al tău – soţia cea rea."

Muştar şi ketchup în formă de sticlă

O companie Ocni (obiecte culinare neidentificate) a scos pe piaţă un produs gastronomic cu totul insolit, o inovaţie cu totul surprinzătoare. În anul 2017 îi lăsase pe gurmanzi... cu gurile căscate, ispitindu-i să se lase încântaţi de sosuri sub formă de creioane pe care tebuia să le ascută pentru a se delecta cu numeroase „nuanţe" gustative de condimente, fructe şi chiar de flori.

Mergând pe o direcţie destul de apropiată, acum Ocni propune un ketchup bio cu tomate, cu paprika afumat, cu rozmarin, un muştar bio cu curry şi încă vreo două produse similare, care condimentează fără cusur un meniu cu hot-dogs, burger sau cu paste.

Ideea nu pare deloc complicată, mai ales că elimină problema deschiderii recipientelor cu sosuri picante fără teama că ar putea împroşca accidental masa ori consumatorii. „Sticla" de ketchup sau muştar este de fapt chiar produsul respectiv, dar în stare solidă, pentru utilizare trebuind ca el să fie dat pe răzătoare. Sosul are un aspect solid datorită agar-agarului, un produs organic cu putere de gelifiere foarte mare, extras dintr-o serie de alge marine roşii (agarofite).

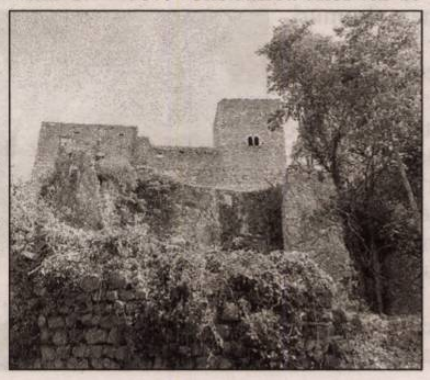
Un plus de atractivitate pentru clienţi îl constituie şi faptul că lor li se prezintă, odată cu meniul respectiv, un fel de iluzie optică: sticla-ketchup. Ei constată rapid că nu e vorba despre vreun produs dubios şi fără gust, căci odată răzuită sticla îşi relevă calităţi gustative insolite. Aceasta poate să se fluidifice uşor la temperaturi crescute, dar redevine solidă, dacă e ţinută la rece.

Gama condimentelor sub formă de creioane s-a extins considerabil în ultimii cinci ani: cu busuioc, fructul pasiunii, boia de ardei, tarhon, curry, turmeric, chimen sau şofran. În fiecare an, creioanele comestibile solicitate de gurmanzi depăşesc 150.000 de bucăţi, iar în laboratoarele sale, societatea pregăteşte în prezent şi deserturi similare. Pentru început – sortimente de ciocolată!

Investiţie curajoasă

La începutul acestui an, Mathieu şi Fabien Poccard, Michael Mengolli şi Sébastien Poisson au devenit fericiţii proprietari ai unui frumos castel situat în localitatea Tourrettes (departamentul Drôme, în sud-estul Franţei). Adunându-şi toate economiile, ei au plătit mai puţin de 500.000 de euro pentru complexul arhitectonic abandonat, atipic, însă extrem de valoros, care include un donjon din secolul al XII-lea, o capelă veche şi resturile în ruină ale unui sat.

„L-am cumpărat cu un preţ ceva mai mic decât cel al unui apartament dintr-o staţiune de schi", a declarat Mathieu Poccard. Mica „gaşcă" de vechi prieteni a înfiinţat societatea colectivă SNÇ Les Tourettes, în numele căreia intenţionează să înfiinţeze un hotel de lux pe domeniul acoperit de complexul castelului.



„Am dat din întâmplare peste anunţul de vânzare şi nu ştiam la ce ne putem aştepta. La început, am fost doar foarte entuziasmaţi. După lungi negocieri cu fostul proprietar am dat lovitura şi am descoperit că avem mai mult decât un castel, am găsit şi vestigiile vechiului sat."

Ceea ce urmează pentru curajoşii investitori constituie o veritabilă probă de foc: construirea unei căi de acces spre castel, defrişarea şi ambientarea locului, alimentarea cu apă şi amenajarea utilităţilor curente, reconstruirea şi transformarea satului într-un complex turistic...

Cei patru prieteni şi-au deschis, fiecare, câte o activitate în incinta castelului. Sébastien lucrează într-un cabinet de arhitectură, Michael se ocupă de electricitate, Fabien de instalaţiile sanitare, iar Mathieu conduce o întreprindere generală de construcţii.

Astfel, ei acoperă circa 80% din necesarul de lucru în renovare şi reconstrucţie. O iniţiativă îndrăzneaţă şi atractivă, care poate fi luată drept exemplu şi de alţi tineri.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Când eroii devin mentori

În multe dintre filmele care sunt reluate şi continuate ani, poate chiar zeci de ani mai târziu, regizorii trebuie să găsească modalităţi prin care personajele să se fi schimbat în mod semnificativ în acest interval. O modalitate obişnuită prin care reuşesc acest lucru este de a transforma eroii în mentori.

Personajele care au fost în centrul complotului prima dată funcţionează acum într-o altă calitate, ajutând să ghideze un personaj nou, mai tânăr, să depăşească obstacolele. Abordarea este logică, deoarece îi permite eroului iniţial să transmită altcuiva tot ce a învăţat în tinereţe.

Următoarele personaje au făcut această tranziţie la funcţia de mentor, ajungând într-o poziţie în care altcineva avea nevoie de sprijinul, înţelepciunea şi experienţa lor şi dând spectactorilor prilejul de a-i vedea într-o nouă lumină.

Rocky Balboa

Originalul (erou): Sylvester Stallone a devenit peste noapte un nume odată cu lansarea primului *Rocky*, în 1976. El îl interpretează pe Rocky Balboa, un recuperator de datorii din Philadelphia şi boxer amator care visează să devină celebru. Sub îndrumarea antrenorului Mickey Goldmill, el îşi croieşte drum spre culmi şi dovedeşte un asemenea talent încât primeşte şansa de a lupta cu campionul mondial la categoria grea, Apollo Creed. Nu învinge, dar nici nu se lasă doborât, căci simpla lui rezistenţă în ring îl face un învingător.

Continuarea (mentor): Peste 39 de ani, Rocky îl supervizează pe Adonis Johnson, fiul nelegitim al lui Apollo Creed, în încercarea de a se impune ca pugilist. Tânărul îl convinge pe Balboa să revină în activitate şi să-l antreneze. Ceea ce este interesant în relaţia lor este faptul că veteranul oferă mai mult decât sfaturi bune despre luptă. De asemenea, devine un mentor în probleme personale, după ce a supravieţuit el însuşi unor încercări dificile. În mod interesant, marea luptă a lui Adonis se termină în acelaşi mod – pierde „la mustaţă", dar luptă atât de bine încât cucereşte publicul.

Iron Man

Originalul (erou): Călătoria lui Tony Stark a început în originalul *Iron Man*. Un industriaş miliardar, el devine un supererou aflat în slujba binelui după ce schimbă tabăra, realizând răul făcut prin producerea şi vânzarea de arme. Pe parcursul a două continuări şi a altor câteva aventuri din Universul Marvel, Iron Man se dovedeşte esenţial în înfrângerea unor inamici precum Whiplash şi Mandarinul, precum şi în îngenuncherea lui Thanos.

Urmarea (mentor): În *Omul Păianjen: Întoarcerea acasă*, Stark este mai degrabă un personaj secundar decât un protagonist eroic, dar asta este spre binele tuturor. El îl antrenează pe Peter Parker să devină un Răzbunător. Perspectiva de a se alătura Răzbunătorilor este simultan palpitantă şi terifiantă, aşa că Stark apare în mod regulat pentru a oferi sfaturi şi îndrumări. Robert Downey Jr. face un rol excelent ca mentor experimentat care transmite cunoştinţele sale învăţăceilor în domeniul salvării lumii.

Luke Skywalker

Originalul (erou): În originalul *Războiul stelelor* al lui George Lucas, Luke Skywalker era un simplu băiat de pe o planetă banală, care a primit din întâmplare o transmisie de urgenţă de la Prinţesa Leia. Acest lucru l-a făcut să se alăture forţelor rebele în lupta lor împotriva Imperiului. O rachetă lansată de el reuşeşte să arunce în aer temuta Stea a Morţii. Luke face parte din tradiţia cinematografică de lungă durată a oamenilor obişnuiţi care devin eroi fără voie.

Urmarea (mentor): În Ultimul Jedi, tânăra Rey, interpretată de Daisy Ridley, reuşeşte să dea de urma lui Luke, dispărut de mult timp, într-o locaţie îndepărtată. Ea îi înmânează sabia laser, pe care acesta o refuză iniţial. În cele din urmă, însă, el acceptă să îi predea lui Rey lecţii de utilizare a Forţei. Cei doi descoperă chiar şi o abilitate neaşteptată de a comunica prin intermediul sabiei. Mai târziu în film, Luke se sacrifică pentru a permite protejatei sale şi altor membri ai Rezistenţei să scape de forţele malefice.

Rick Deckard

Originalul (erou): Clasicul science-fiction *Blade Runner*, regizat în 1982 de Ridley Scott, îl are în rolul lui Harrison Ford în rolul lui Rick Deckard. El este un poliţist dezamăgit, angajat să dea de urma „replicanţilor" – oameni sintetici creaţi de obscura Corporaţie Tyrell. Principala sa ţintă este un replicant deosebit de dur pe nume Roy Batty. În cele din urmă cei doi se confruntă, iar Deckard triumfă după o luptă intensă.

Urmarea (mentor): Personajul îşi face o intrare târzie în *Blade Runner 2049*, în care Ryan Gosling joacă rolul lui „K." Şi el se află în căutarea unui replicant periculos. „Vânătoarea" îl duce în cele din urmă la Las Vegas, unde îl găseşte pe Deckard. Acesta devine implicat în cazul lui K, care se leagă direct de propriul trecut. *Blade Runner 2049* îl poziţionează pe Deckard ca pe un vânător veteran de replicanţi, unul care poate fi obosit şi „uzat", dar care încă deţine cunoştinţe şi abilităţi esenţiale pentru a-l ajuta pe tânărul K să-şi ducă la bun sfârşit misiunea.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Raluca Gheorghiu

Născută în Adjud, Raluca a urmat liceul în Focşani, iar studiile superioare le-a început la Cluj şi le-a terminat la Bucureşti. Pasiunea pentru actorie i s-a transmis de la mama ei, care a evoluat în tinereţe pe scena teatrului din Bacău, renunţând însă ulterior la această meserie. Ceea ce o caracterizează pe Raluca este apariţia diafană, care umple scena cu lumină şi delicateţe.

Personajele sale sunt adesea conturate cu sensibilitate şi o feminitate candidă, inconfundabilă, încununate de o privire melancolică. A fost distribuită în spectacole precum: „Amintiri despre mine" sau „Ultimele zile ale trecutei mele vieţi", „Blues" de Arthur Miller, „Deformaţii", un text colectiv şi „Jacques şi stăpânul său" de Milan Kundera.

Prezenţa sa plăcută, aparent fragilă, a ajutat-o în construirea unor personaje feminine ingenue, dar cu o viaţă interioară fascinantă. Femeile construite de Raluca Gheorghiu poartă un zâmbet visător pe chip şi o tristeţe neliniştită în privire.

Dintre rolurile pe care le-a interpretat de-a lungul timpului, amintim: Logodnica din „Nunta însângerată" de Frederico García Lorca, Ileana Cosânzeana din „Înşir-te, mărgărite!" de Victor Eftimiu, Natasa Rostova din „Război şi pace" după romanul omonim al lui Lev Tolstoi, Nina Zarecinaia din „Pescăruşul" de A.P. Cehov, Hanna şi Femeia din tripticul „De trei ori dragoste", Tatiana din „Bătrânul" de Maxim Gorky, Mingming din „Rinocerul îndrăgostit" de Liao Yimei.

Bineînţeles că trăsăturile ei au recomandat-o pentru rolul de Albă-ca-Zăpada din montarea „Albă-ca-Zăpada şi cei şapte pitici", o adaptare a basmului Fraţilor Grimm, în regia lui Cornel Todea, la Teatrul Ion Creangă.

Actualmente actriţă a teatrului Nottara, a evoluat pe scena acestuia în spectacole precum „Ultimul Don Juan" de Neil Simon, „Titanic Vals" de Tudor Muşatescu, „Aniversarea" de Thomas Vinterberg şi Mogens Rukov, „Fazanul" de Georges Feydeau, „Tango, monsieur?" de Aldo Lo Castro.

Muzică & Poezie

Toţi trebuie să fim săltaţi

Luat de un vag sentiment nostalgic muzical, am reascultat zilele trecute câteva din albumele anilor '70 şi 90: Pink Floyd, *Wish you were here*, dar şi *Pasărea Colibri* din care am făcut o selecţie cu cântecele interpretate de Florian Pittiş, Moţu, cum îi spuneau prietenii, printre care o scurtă vreme m-am numărat şi eu. La el acasă, pe când visam să devin scriitor (ulterior, am devenit), am ascultat pentru prima oară Bob Dylan şi Pink Floyd şi am văzut „pe video", filmul lui Alan Parker din 1983, *The Wall*.

Dar ceea ce m-a surprins acum a fost frumuseţea versiunii româneşti a textelor lui Bob Dylan, pe care Moţu le-a realizat şi le-a cântat pe scenă alături de *Pasărea Colibri*. Versiunea sa lirică este de-a dreptul surprinzătoare pentru un actor despre care puţini ştiau că avea şi stofă de poet. M-am oprit la melodia *Toţi suntem puţin luaţi* aşa cum sună titlul dat de Pittiş versiunii originale a melodiei lui Bob Dylan *Rainy day women #12 and #35*, apărut pe albumul *Blonde on Blonde* din 1966.

Rainy day women #12 and #35 este prima melodie de pe album, şi a suscitat discuţii încă de la lansare, pentru că apărea în refren expresia *everybody must get stoned*. Ca să înţelegi „găselniţa" excepţională a lui Moţu care a tradus-o cu *toţi suntem puţin luaţi*, trebuie să descoperi ce a vrut să spună Dylan în textul său, acel Dylan din perioada *Power Flower*, antirăzboi şi antisistem, care a culminat cu *Festivalul de la Woodstock* din 1969 desfăşurat non-stop între 15 şi 18 august 1969, pe păşunea fermierului Max Yasgur din Bethel, statul New York.

Autorităţile obtuze ale vremii, cărora nu le cădeau deloc bine sarcasmul şi mesajele antirăzboi şi antisistem, îi considerau pe toţi muzicienii vremii (Jimi Hendrix, Joan Baez etc.) nişte hipioţi drogaţi (e drept că majoritatea „trăgea pe nas" marijuana, dar asta nu le diminua talentul, dimpotrivă), au presupus, imediat după lansarea albumului *Blonde on Blonde*, că expresia *everybody must get stoned* se referă la consumul de droguri: *toată lumea trebuie să se drogheze*, au presupus unii diriguitori că este mesajul lui Dylan.

Stă în picioare această semnificaţie? Bob Dylan a dezminţit ulterior că versul are vreo conotaţie legată de droguri şi drogate: „Nu am scris niciodată şi nu voi scrie niciodată o „melodie despre droguri". Răspunzând la o întrebare legată de faptul că unii cântăreţi care preiau această melodie lasă să se înţeleagă că *everybody must get stoned* se referă la droguri, Dylan declara în 2012 pentru revista *Rolling Stone:* „Oamenii ăştia nu sunt familiarizaţi cu *Cartea Faptelor*". În acest punct, lucrurile devin mai interesante. Când Dylan a compus cântecul, şi a folosit expresia *everybody must get stoned* făcea referire la *Faptele Sfinţilor Apostoli* din *Evanghelia lui Luca?*

Deci nu este o melodie „despre droguri" şi nici despre consumul de marijuana, ci despre o fotografie realistă pe care Bob Dylan o făcea societăţii americane a acelor ani, în care „negrii" nu aveau voie să între în restaurantele pentru „albi", sau să călătorească în autobuzele pentru „albi" sau să se aşeze pe băncile pentru „albi", iar oamenii erau condamnaţi pentru vini imaginare pe simple declaraţii de martori. Ce a inspirat, atunci, titlul şi textul acestei emblematice melodii? *(Continuare în numărul viitor)*

GEORGE CUŞNARENCU

Sakuma arde grăsimile

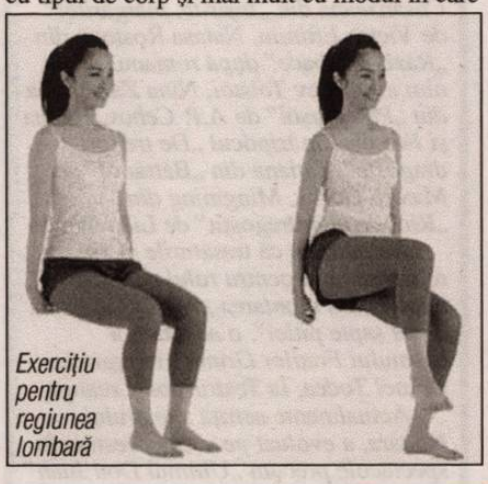
Menţinerea unei greutăţi corporale normale şi a unui echilibru (inclusiv estetic) în dispunerea tipurilor de ţesut pe corp nu depinde doar de voinţă. După cum se ştie, factori aproape de necontrolat individual, precum elementele cotidiene stresante sau alimentaţia cu produse suprasaturate cu ingrediente care satură, dar nu hrănesc cu adevărat determină acumularea de grăsimi cu predilecţie pe câteva zone foarte vizibile.

Ca soluţie la această situaţie, pe lângă regimurile alimentare cu eficacitate deseori discutabilă, mişcarea reprezintă o cale de rezolvare ideală. Numai că nici aceasta nu se face la întâmplare, mai ales că trebuie ţinut cont şi de criza de timp permanentă a omului societăţii moderne.

O metodă dezvoltată de antrenorul japonez Kenichi Sakuma îşi propune să ardă excesul de grăsime în doar câteva minute pe zi. „Metoda Sakuma" funcţionează, potrivit creatorului ei, atât pentru femei, cât şi pentru bărbaţi, indiferent de nivelul sau de condiţia lor fizică. Se bazează pe un principiu simplu: îmbunătăţiţi-vă postura, pentru a îmbunătăţi eficacitatea exerciţiilor!

În pofida anumitor convingeri curente, scăderea în greutate are mai puţin de-a face cu tipul de corp şi mai mult cu modul în care îl folosim, spune Kenichi Sakuma, care menţionează că avem tendinţa de a uita să folosim anumiţi muşchi ai abdomenului sau ai trunchiului. Atenţie, însă: metoda Sakuma nu a fost concepută pentru a înlocui alte exerciţii, ci este mai degrabă considerată ca o completare care le îmbunătăţeşte eficacitatea.

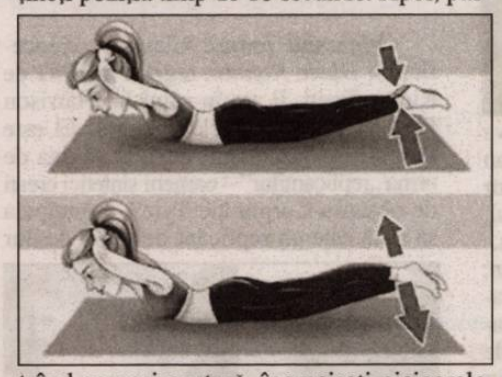
Metoda Sakuma are patru tipuri de exerciţii uşoare.



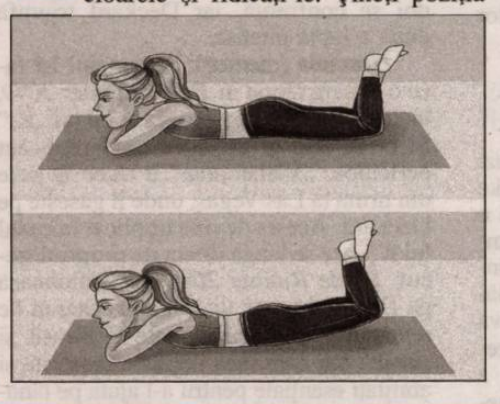
Exerciţiu pentru regiunea lombară

Regiunea lombară – partea inferioară a spatelui. Stând pe marginea unui scaun cu spatele drept, ridicaţi o parte a şoldurilor contractând fesierii. Repetaţi de 10 ori cu fiecare picior, fiecare mişcare ar trebui să dureze 3 secunde.

Trunchi şi coapse. Întins cu faţa în jos, plasaţi mâinile în spatele gâtului, alăturaţi gleznele, activând fesierii şi ţineţi poziţia timp de 10 secunde. Apoi, păstrând aceeaşi postură, încrucişaţi picioarele, din nou, timp de 10 secunde. Alternaţi cele două mişcări timp de un minut.



Fesieri. Întins cu faţa în jos, încrucişaţi braţele în faţa feţei, încrucişaţi picioarele şi ridicaţi-le. Ţineţi poziţia timp de 6 secunde, cu fesierii contractaţi. Repetaţi mişcarea de zece ori.

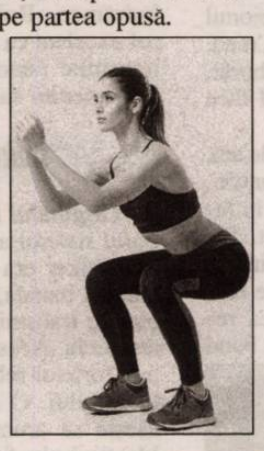


Abdomenul inferior. Primul exerciţiu: Stând pe un scaun, prindeţi coatele cu mâinile şi ridicaţi braţele la înălţimea umerilor. Apoi plasaţi braţele în spatele capului, contractaţi abdomenul şi aplecaţi corpul într-o parte. Ţineţi poziţia timp de 3 secunde, apoi schimbaţi partea. Repetaţi mişcarea de cinci ori pe fiecare parte.

Al doilea exerciţiu: Aşezaţi-vă pe un scaun, aplecaţi-vă înainte şi puneţi mâinile pe fiecare parte a gambei. Apoi, aliniaţi-vă umerii şi genunchii. Întindeţi braţele deasupra capului, apoi coborâţi-le. Repetaţi această mişcare de zece ori.

Al treilea exerciţiu: În genunchi, întindeţi un picior înapoi, apoi ridicaţi braţul opus. Aplecaţi-vă spre piciorul din faţă şi menţineţi această poziţie timp de câteva secunde, apoi repetaţi pe partea opusă.

Al patrulea exerciţiu: În picioare, încrucişaţi braţele şi ridicaţi-le la înălţimea umerilor. Depărtaţi-vă picioarele la lăţimea umerilor şi îndoiţi uşor genunchii. Îndoiţi-vă trunchiul la 90 de grade şi menţineţi poziţia timp de 3 secunde înainte de a vă ridica; repetaţi mişcarea de zece ori.



PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Dietă cu banane verzi

Atât bananele coapte, cât şi cele verzi sunt surse bogate în potasiu, mineral ce contribuie la menţinerea presiunii arteriale normale şi a sănătăţii rinichilor şi inimii. Bananele verzi conţin şi vitamina B6, care susţine masa musculară şi corporală, deci contribuie la menţinerea unei greutăţi corporale echilibrate.

Un alt plus al acestora este conţinutul bogat de vitamina C, un puternic antioxidant care combate infecţiile din organism şi în acelaşi timp îl protejează. Bananele verzi sunt foarte bogate şi în fibre alimentare, care au rolul de reglare a proceselor digestive, inducerea stării de saţietate şi reducerea riscului de diabet sau boli cardiovasculare. Mai mult, ajută la îndepărtarea balonării şi crampelor abdominale.

Ce alte beneficii aduce consumul de banane: ● ajută la remedierea problemelor legate de insomnie şi stres; ● luptă împotriva hipertensiunii arteriale; ● favorizează tratarea ulcerului gastric; ● împiedică formarea bacteriilor care pot cauza apariţia ulcerului.

De asemenea, bananele stimulează producţia de hemoglobină în sânge, fiind excelente pentru persoanele care suferă de anemie, dar şi pentru femeile gravide, fiind totodată bogate în acid folic.

Culoarea verde-închis a bananelor indică faptul că au fost culese din arbore, iar verdele-deschis indică faptul că au fost încărcate pe vapor. Pentru iubitorii de banane verzi, aceştia ar trebui să le aleagă pe cele de culoare verde-închis.

Dacă banana este galbenă şi are pete verzi, înseamnă că nu este foarte coaptă, nici foarte dulce. Banana îngălbenită complet sugerează că este mai digerabilă datorită faptului că amidonul din ea se transformă în zahăr şi este uşor de asimilat pentru organism.

Bananele cu pete negre şi maro pe coajă conţin un ingredient care distruge celulele tumorale, susţin oamenii de ştiinţă japonezi. Cu cât este coaja mai întunecată şi mai pătată, cu atât sunt mai puternice componentele antitumorale.

Pericolul pseudomedicamentelor vândute online

Organizaţia Mondială a Sănătăţii afirmă că aproximativ 11% dintre medicamentele vândute în ţările în curs de dezvoltare sunt contrafăcute, ducând la 144.000 de decese suplimentare anual numai din cauza imitaţiilor de antibiotice şi a medicamentelor antimalarice.

Un studiu anterior a documentat, de asemenea, 500 de decese de copii atribuite dietilenglicolului (un aditiv comun în antigel), adăugat la inhibitorii de tuse ca îndulcitor. Anchete desfăşurate în Statele Unite între anii 2016 şi 2021 au identificat peste 11.000 de farmacii care vând pe Internet medicamente contrafăcute, multe fiind pentru substanţe controlate, ca opioidele (oxicodona, hidromorfona), stimulente, cum ar fi cele utilizate în mod obişnuit pentru tratarea tulburării de deficit de atenţie/hiperactivitate, precum şi benzodiazepinele, utilizate pentru anxietate şi somn.

În plus, din noiembrie 2021 până în februarie 2022, pe rafturile farmaciilor mexicane au fost găsite versiuni contrafăcute ale medicamentelor utilizate pentru afecţiuni cronice – cum ar fi Tacrolimus, medicament pentru transplant vândut sub numele de marcă Limustin, şi anticoagulantul Rivaroxaban sau Xeralto. Din păcate, acesta este doar vârful văzut al aisbergului. În urma unui sondaj, s-a constatat că 19 milioane de americani au obţinut medicamente pe bază de reţetă care sunt probabil contrafăcute prin intermediul farmaciilor de internet fără licenţă din SUA sau în timpul călătoriilor în străinătate. Farmaciile online necinstite folosesc frecvent platformele de social media pentru a ajunge la potenţialii clienţi.

Acest lucru sugerează că platformele online cum ar fi reţelele sociale, forumurile online şi motoarele de căutare trebuie să facă mai mult pentru a identifica şi a opri vânzătorii nelegitimi de medicamente pe bază de reţetă online. Oamenii care cumpără substanţe controlate prin internet încearcă de obicei să ocolească controlul medicului asupra medicamentelor sau a cantităţilor pe care le pot primi.

Cu toate acestea, majoritatea oamenilor care accesează medicamente contrafăcute cu substanţe necontrolate încearcă pur şi simplu să le cumpere la un preţ accesibil. Aceste tendinţe arată clar că pretutindeni este nevoie de o strategie pe termen lung pentru a reduce costul medicamentelor eliberate pe bază de prescripţie medicală, pentru a diminua cererea de medicamente contrafăcute, deşi există câteva strategii de economisire a banilor care pot fi utilizate pe termen scurt.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Avem nevoie de uitare, dar... cât?

Răspunsul medicinei energo-informaţionale

Uitarea nu este o dereglare fiziologică întotdeauna. Avem nevoie de uitare! Viaţa noastră este într-o continună schimbare, ne întâlnim mereu cu fenomene noi, cărora trebuie să ne adaptăm, să luăm o hotărâre. Avem nevoie de un filtru să putem uita anumite lucruri stocate, ca să creăm loc pentru altele noi.

Corpul uman este un computer biologic care trebuie mereu resetat, devirusat şi reactualizat. În cazul traumelor, uitarea este una din metodele specifice oferite de medicina energo-informaţională. Aşa-numitele „tratamente ale şocului". Desigur, şocul traumatic este pentru fiecare om dăunător sănătăţii, dar fiecare persoană reacţionează diferit la şocurile emoţionale.

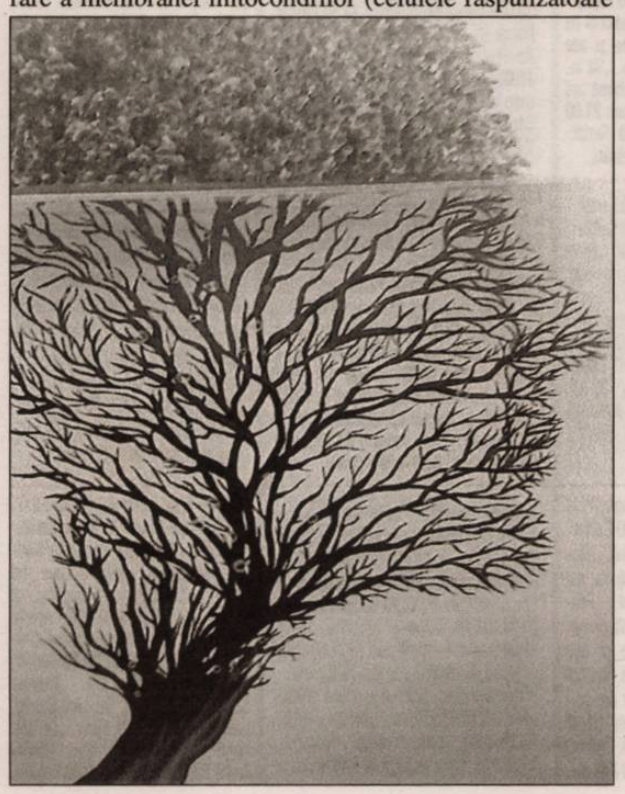
Un şoc emoţional netratat duce de cele mai multe ori la blocaje energetice în corp. După cum am mai menţionat şi în alte articole, blocajele energetice sunt cauza cronicizării multor probleme de sănătate.

Sănătatea are în primul rând nevoie de energie, o energie în echilibru, care „curge în corpul nostru asemenea unui pârâiaş de munte, curat şi zglobiu".

Sistemul complicat al învăţării şi al memoriei este şi el supus dereglărilor. Îmbolnăvirile de Alzheimer, demenţa sunt, de asemenea, dereglări în electrolitele corpului, iar memoria începe să se deterioreze. Oamenii trăiesc tot mai mult, de aici pornesc tot mai multe boli neurodegenerative. Până la ora actuală medicamentele de sinteză nu aduc rezultate satisfăcătoare, motiv pentru care se recomandă şi alt gen de terapii nemedicamentoase.

Medicina energo-informaţională, o medicină blândă, fără efecte secundare, fără durere, fără medicamente de sinteză, se focusează în terapii pe readucerea corpului fizic şi energetic-emoţional în balanţa energetică din care este ieşit, conform pacientului aflat în terapie, o terapie personalizată.

Tot mai multe studii de specialitate susţin că bolile neurodegenerative sunt influenţate masiv de o deteriorare a membranei mitocondrilor (celulele răspunzătoare de energia corpului) în directă legătură cu moartea celulei neuronale. În cazul Parkinsonului se degradează rapid dopamina (un neurotransmiţător al sistemului nervos central). Pe timpul nopţii creierul nostru se „deratizează" de noxele şi informaţia inutilă acumulată pe parcursul zilei. Este de recomandat să eliminăm din camera unde dormim telefoanele mobile şi alte aparate emiţătoare de unde electrice.



Tot mai mulţi pacienţi acuză după perioada de pandemie Covid-19 probleme cu somnul. O mare parte acuză imposibilitatea de „deconectare" de la problemele zilei, calitatea somnului şi cei mai mulţi se simt obosiţi la trezire, deşi au dormit opt ore.

Observăm că perioada de după pandemie menţine încă o stare de nelinişte şi încordare. Oamenii au mereu frică să nu urmeze ceva şi mai rău. Nu mai au încredere în autorităţi şi au o frică exagerată de ce „va urma".

Mai mult ca oricând, omul de astăzi este stresat de mai mulţi factori: mediul înconjurător tot mai poluat, hrana zilnică manipulată, aerul pe care îl inspirăm... Dar este perioada vieţii noastre pe care o traversăm, nu avem alternative decât să ne acomodăm, să ne conectăm la viaţa reală pe care o trăim.

Faptul că avem acces la informaţie este ajutorul trimis nouă de divinitate. Ne putem informa, dar trebuie să învăţăm să folosim informaţia. Timpul în care totul se trata cu medicamente a trecut. Timpul în care informaţia joacă un rol esenţial în sănătatea noastră a început.

Medicina energo-informaţională foloseşte informaţia energetică a corpului în scop de diagnosticare şi tratament, în terapii personalizate, atât la copii, cât şi la adulţi, indiferent de vârstă.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională,
membră a Societăţii Naturiştilor din Germania,
membră BIT (Biorezonanz International Therapy),
consilier în dezvoltare personală

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti,
strada Brânduşelor 6B, et. 2, interfon 003

PUBLICITATE

Sechelele post Covid

2 şedinţe + drenaj – ofertă 340 lei, de la 440 lei

dermaVITAL

tel 0731.871.968 / 021.322.40.04

www.dermavital-med.ro

OXIFIGEN este un supliment alimentar pus pe tehnologia punctelor cuantice, o metoda biofizicală. Ceapa, coriandrul, muscat, gama vitaminelor B1, B3, B6, B7, B12, asigură o funcţionare normală a sistemului nervos, vitamina C şi acidul folic asigură energia corpului.

Dozare 1-2 capsule zilnic, cu un pahar de apă.

Flaconul conţine 60 capsule a 700 mg.

Se recomandă în susţinerea terapiei la slăbiciune, oboseală, stres mental, probleme cu respiraţia şi concentrarea, oferă mai multă putere la efort şi activitate intelectuală.

OXIFIGEN: activator mental, bio-fizical.

Este un supliment alimentar pus pe tehnologia punctelor cuantice. Asigură o bază energetică şi vitală a corpului.

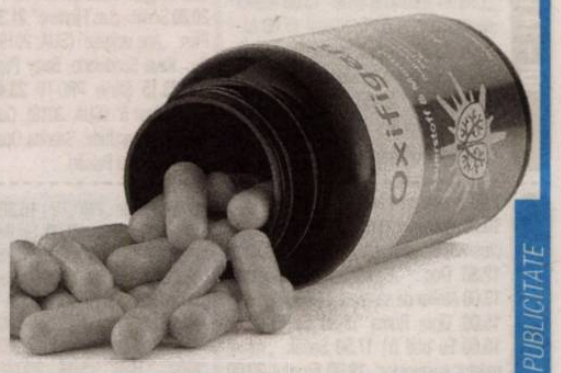
Îmbunătăţeşte preluarea, absorţia oxigenului în corp şi celula de sânge.

Creşte rezistenţa şi puterea în câteva minute.

Mai multă putere fizică şi psihică, creşte buna dispoziţie cu până la 70%,

Oxifigen

Creşte considerabil graniţa rezistenţei nervoase.



Foarte apreciat de persoanele care au trecut prin îmbolnăvirea cu Covid-19 şi au rămas cu anumite „sechele".

Un produs „per excelente", aşa cum v-am obişnuit.

Pentru mai multe informaţii accesaţi
www.dermavital-med.ro sau 0731.871.968

PUBLICITATE

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestui produs!

LUNI – 11 iulie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 16.50 Ediție specială 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Români care au schimbat lumea (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Referendum cu Mihai Rădulescu 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „O luptă personală 6: În spațiu restrâns" (SUA, 2018). Cu: Shawn Michaels 23.15 Știrile PRO 23.45 Film: „Jack Reacher" (r) 2.15 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Povești de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți prin țară 23.00 Observator 23.30 Film: „Logan" (SUA, 2017). Cu: Hugh Jackman, Patrick Stewart 2.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireașa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Dragostea e genetică" (SUA, 2021). Cu: Sarah Bauer 22.00 Mondenii 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Dragostea este genetică" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă

6.00 Serial: „Jocul cu focul" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Seial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!". Cu: Candela Márquez 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Serial: „Jocul cu focul" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Fără prejudecăți (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Azi despre mâine 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.55 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Hallmark: On Paper" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „Dolphin Tale" (r) 14.00 Film: „Against the Wild: Great Elephant Adventure" (r) 16.00 Film: „Oscar" (SUA, 1991) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ultraviolet" (SUA, 2006). Cu: William Fichtner, Milla Jovovich 22.15 Film: „Contra Timp" (România, 2008) 0.00-5.00 Reluări.

MARȚI – 12 iulie

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 20.00 Telejurnal 21.10 Telecinemateca: „Fanfan la Tulipe" (coprod., 1962). Cu: Gerard Philipe, Gina Lollobrigida 23.00-5.55 Reluări.

6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Cursă mortală" (SUA, 2008). Cu: Joan Allen, Jason Statham 23.30 Știrile PRO-TV 0.00 Film (r) 2.30 Superspeed la ProTv 3.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Povești de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți prin țară 23.00 Observator 23.30 Stand Up Revolution 2.00 Observator (r) 3.00 Film: „Logan" (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireașa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Conspirația din Birma" (SUA, 2011). Cu: Sharon Stone 22.00 Mondenii 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Film: „Largo Winch" (r) 5.00 Focus 23 (r).

6.00 Serial: „Jocul cu focul" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Serial: „Jocul cu focul" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Serial (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Euromaxx 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.55 Reluări.

6.00 Serial (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film: „Hailey Dean Mystery: Dating Is Murder" (r) 10.15 Serial (r) 12.30 Film: „Căsătorie cu repetiție" (r) 14.15 Film (r) 16.30 Film: „Familia Hollar" (SUA, 2016). Cu: Anna Kendrick, Richard Jenkins 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ronin" (SUA, 1998). Cu: Robert De Niro 23.00 Film: „Continuă să privești" (SUA, 2017). Cu: Jared Abrahamson, Bella Thorne 0.45-4.45 Reluări.

MIERCURI – 13 iulie

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Conviețuiri 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Dispăruți fără urmă (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Regii blestemați" (partea a III-a). Cu: Jeanne Moreau, Philippe Torreton, Gerard Depardieu 22.50-5.55 Reluări.

6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Portoricani la Paris" (SUA, 2015) 23.15 Știrile PRO-TV 23.45 Film: „O luptă personală 3: Frontul de acasă" (SUA, 2013). Cu: Ashley Bell, Neal McDonough 23.00 Știrile PRO-TV 2.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Povești de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți prin țară 23.00 Observator 0.00 Serial: „Mangalița" 2.00 Serial: „Liber ca pasarea cerului" (ep.1) 3.00-5.00 Reluări.

6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireașa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Vlad Țepeș" (România, 1979). Cu: Ernest Maftei 22.30 Mondenii 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Film: „Vlad Țepeș" (r) 5.30 Mondenii (r).

6.00 Serial: „Jocul cu focul" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc! 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Serial: „Jocul cu focul" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" (r) 10.00 Documentar 360º 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Fii în formă! 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.10 Seial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Castele din cărți de joc" (SUA, 1993). Cu: Kathleen Turner 22.00-5.55 Reluări.

5.15 La Măruță (r) 7.15 Film (r) 9.00 Serial: „La Bloc" (r) 11.15 Film: „Oscar" (r) 13.30 Film: „Think Like a Man" (r) 16.00 Film: „Dragoste și alte necazuri" (SUA, 2011). Cu: Angela Bassett, Laz Alonso 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Maestrul Tai Chi" (SUA, 2013). Cu: Keanu Reeves, Tiger Hu Chen 22.30 Film: „Planul divin" (SUA, 2018). Cu: Toni Braxton 0.15-4.00 Reluări.

GINA LOLLOBRIGIDA
– marți, 21.10 –

NEAL MCDONOUGH
– miercuri, 23.45 –

GOLDIE HAWN
– joi, 0.00 –

JOSE CORONADO
– sâmbătă, 23.00 –

CANDELA MARQUEZ
– luni-duminică, 13.00 –

NOAH TAYLOR
– duminică, 22.10 –

HELEN HUNT
– vineri, 20.30 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 14 iulie

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Omul și timpul (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Doc.: „Versailles. Mărire și decădere" 23.20-5.55 Reluări.

6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Ape ucigașe" (SUA, 2019). Cu: Kaya Scodelario, Barry Pepper 23.15 Știrile PRO-TV 23.45 Film: „Taxi 5" (SUA, 2018). Cu: Franck Gastambide, Sabrina Ouazani 1.45-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Povești de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor Celebrity 23.30 Observator 0.00 Film: „Amnezie cu surprize" (SUA, 1987). Cu: Goldie Hawn, Kurt Russell 2.00-5.00 Reluări.

6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireașa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Liceenii" (România, 1987). Cu: Oana Sârbu, Mihai Constantin 22.00 Mondenii 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Liceenii" (r) 4.00 Serial: „Nimeni nu-l perfect" 5.00 Focus 23 (r).

6.00 Serial: „Jocul cu focul" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Serial: „Jocul cu focul" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Rețeaua de idoli (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Globalizarea: riscuri și beneficii 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Jocul răzbunării" (SUA, 2012). Cu: Haylie Duff, Lisa Sheridan 22.00-5.55 Reluări.

5.30 La Măruță (r) 7.30 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" 12.00 Film: „Jumping The Broom" (r) 14.15 Film: „Un sărut de milioane" (SUA, 1995). Cu: Meg Ryan, Kevin Kline 16.30 Film: „Nuntă cu Darcy" (SUA, 2018) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Un om periculos" (SUA, 2009). Cu: Steven Seagal, Mike Dopud 22.30 Film: „Marea mahmureală" (SUA, 2009). Cu: Ed Helms 0.45-4.30 Reluări.

VINERI – 15 iulie

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 România construită (r) 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Opre Roma 15.50 EURO polis 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 19.00 Frontul 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „K-19: Submarinul ucigaș" (SUA, 2002). Cu: Harrison Ford, Liam NeesonHarrison Ford, Liam Neeson 23.30-5.05 Reluări.

6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Hulk" (SUA, 2003). Cu: Eric Bana, Jennifer Connelly 0.15 Film: „Resident Evil: Răsplata" (SUA, 2012) 2.00-4.15 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Povești de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Film: „Tata în război... cu tata" (SUA, 2015) 22.30 Film: „Familie de-a gata" (SUA, 2018). Cu: Rose Byrne, Mark Whalberg 1.00 Stand Up Revolution (r) 3.00 Observator (r) 4.00 Povești de familie (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireașa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „BD în alertă" (România, 1971). Cu: Puiu Călinescu 22.00 Film: „Cina cea din urmă" (Hong Kong, 2012) 1.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Serial (r) 4.00 Serial: „Nimeni nu-l perfect" 4.30 Focus 23 (r).

6.00 Serial: „Jocul cu focul" (r) 8.00 Serial: „Dragoste fără cuvinte" (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" (ep.1, 2) 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-4.00 Reluări.

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Educație la înălțime (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Revoluția tehnologică 15.30 Teleșcoala 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Educație la înălțime 18.00 Ora de știri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.50 Reluări.

6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film (r) 10.45 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film (r) 14.45 Film: „Primăvara bobocilorr" (România, 1985) 16.30 Film: „Marșul nupțial 3: Uite mireasa! (SUA, 2018). Cu: Jack Wagner, Gabrielle Miller 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Dă mai departe" (SUA, 2000). Cu: Helen Hunt, Kevin Spacey 23.00 Film: „Jocuri periculoase 2" (SUA, 2004). Cu: Susan Ward 1.00 Film (r) 3.15 Apropo Tv 4.15 Serial (r).

SÂMBĂTĂ – 16 iulie

7.00 Cu capu-n zori 10.10 Teatru pentru copii: „Pinocchio" 11.40 Petmania (r) 12.30 #Creativ (r) 13.00 Doc.: „Chipurile României" 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui 15.30 Izolați în România (r) 16.00 Serial: „Arta crimei" 17.00 O dată-n viață (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Plecarea Vlașinilor" (România, 1982). Cu: Emanoil Petruț 23.00 World Cup Magazin 23.35 Film: „Ține dușmanii aproape" (SUA, 2018). Cu: John Savage 1.25-5.10 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO-TV 10.00 Film: „Stai, că trage mama!" (SUA, 1992) 11.45 Film: „Dragul meu John (SUA, 2010) 14.00 Film: „Povestea incredibilă a lui Enzo" (SUA, 2019) 16.15 Film: „Dansează cu mine" (SUA, 1998). Cu: Vanessa Williams, Chayann 19.00 Știrile PRO-TV 20.00 Film: „Equalizer: Puterea dreptății" (SUA, 2014) 22.30 Film: „Luptând cu focul" (SUA, 2012) 0.30-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Alpha Kids 9.30 Film (r) 12.00 Medicool 13.00 Observator 13.30 Divertisment 16.30 Film (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor (r) 21.00 Stand Up Revolution 23.15 Film: „Crima din Orient Express" (SUA, 2017) 1.30 Film: „Wind River" (SUA, 2017). Cu: Jeremy Renner 3.15-4.00 Reluări.

7.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Mondenii 9.30 Film: „Pistruiatul 2" (România, 1986) 11.00 Serial: „Dragoste și răzbunare" 12.00 Poezie și delicatețuri (r) 14.00 Film: „BD în alertă" (r) 16.00 Supernanny (r) 17.30 Destinația anului 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „O afacere regală" (Norvegia, 2012). Cu: Alicia Vikander 23.00 Film: „Ultimele zile pe Pământ" (Spania, 2013). Cu: Jose Coronado 1.30 Film: „O afacere regală" (r) 4.30 Focus (r).

6.00 Serial (r) 8.00 Film (r) 10.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc! 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Film: Dragoste și alte complicații" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Lecții de viață 21.00 Film: „Căsătoriți fără voie" (SUA, 2021) 23.00 Serial: „Profu'" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Teleșcoala (r) 8.30 MotorVlog (r) 9.00 Generația Fit (r) 9.30 Fără prejudecăți (r) 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Frați de viță (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 (r) 17.00 Levintza prezintă (r) 17.30 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Ocolul pământului în 80 de zile" (coprod., 1989, partea I) 22.10 Serial: „Chip de înger" 0.20-4.50 Reluări.

5.45 Ce spun românii (r) 7.45 Film: „Primăvara bobocilor" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film (r) 14.15 Film: „Misterul lui Hailey Dean: 2+2=crimă" (SUA, 2018) 16.00 Film: „Un comisar acuză" (România, 1974) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Filantropica" (România, 2002). Cu: Mircea Diaconu 23.00 Film: „Legea puterii" (SUA, 2008). Cu: Val Kilmer, Stephen Dorff 1.00-4.15 Reluări.

DUMINICĂ – 17 iulie

7.00 Universul credinței 9.30 M.A.I. aproape de tine 10.00 Pro Patria 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 World Cup Magazin 15.00 Gări de poveste (r) 16.00 Serial: „Arta crimei" 17.00 Exclusiv în România 18.00 Dosar Romania (r) 19.00 Istorii ascunse (r) 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață (r) 23.00 Garantat 100% (r) 0.00 Replay 1.00-5.55 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO-TV 10.00 Film: „Mr. Bean – o comedie dezastru" (SUA, 1997). CU: Rowan Atkinson 11.45 Film (r) 14.30 Film: „Șef și puțin mai mult" (SUA, 2004) 17.00 Film: „Oameni mari și fără minte 2" (SUA, 2013) 19.00 Știrile PRO-TV 20.00 Film: „Ariciul Sonic" (SUA, 2020) 22.45 Film: „Mumia" (SUA, 1999) 0.15-5.00 Reluări.

7.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 14.00 Hello Chef 15.00 Divertisment (r) 17.00 Film (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor (r) 21.00 Stand Up Revolution 23.30 Film: „Super polițiști 2" (SUA, 2018). Cu: Rob Lowe, Linda Crater 1.30 Observator 2.30 Băieți de oraș 3.30 Film: „Wind River" (r) 5.30 Alpha Kids (r).

6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Supernanny (r) 10.30 Destinația anului (r) 11.00 Insider politic (r) 13.00 Serial: „Oportuniștii" (r) 14.00 Poezie și delicatețuri 16.00 Cronica cârcotașilor (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Schimb de mame 22.00 Serial: „Dragoste și răzbunare" (r) 23.00 Insider politic (r) 0.00 Poezie și delicatețuri (r) 2.00 Film: „Ultimele zile pe pământ" (r) 4.00 Cronica cârcotașilor (r).

6.00 Serial (r) 8.00 Film: „Îndrăgostiți la datorie" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" (r) 14.00 Serial: „Frumoasa și bestiile" 15.00 Căsătoriți pe nevăzute 16.00 Film: „Dragoste și alte complicații" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Lecții de viață 21.00 Film: „Inimi în flăcări" (SUA, 2014) 23.00 Serial: „Profu'" 0.00-5.00 Reluări.

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Sănătate cu de toate (r) 12.30 Levintza prezintă (r) 13.10 Film: „Liceenii" (România, 1986) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Ora de știri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Liceenii rock'n roll" (România, 1990) 22.10 Film: „Simon magul" (coprod., 1999). Cu: Noah Taylor 0.10-5.10 Reluări.

6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „Un comisar acuză" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „The Wedding March 3: Here Comes the Bride" (r) 14.30 Film: „Pensiunea lui Cupidon" (SUA, 2014). Cu: Arielle Kebbel 16.15 Film: „Cucoana Chirița" (România, 1986) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Truman Show" (SUA, 1998). Cu: Jim Carrey, Laura Linney 22.30 Film: „De toți banii" (SUA, 2017). Cu: Danny Trejo, Eddie Griffin 0.30-3.30 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

COMUNICĂRI

A LUA ÎN POSESIE / PLINE DE ELAN		CAVALERIST MAGHIAR / CUSĂTURI LA POALE		SACRIFICAȚI DE PAȘTI / ZIMȚAT... PE MARGINI!	M	PANSAT LA MIJLOC! / VORBE DULCI		STRICT INTERZIS / LUP DE MARE		ÎNSUȘIRI DE LAUDĂ / OPERAȚII LA PRESĂ	
		T			I			R			
ANSAMBLU ORGANIZAT / BAIE DE ULEI		I			E		AGENT TERMIC / STARE REA	E			
C	U	V	A	VASE DE LUX / E CU OCHII ÎN PATRU	L			C			
COLOANĂ VERTEBRALĂ / TERMEN DE GARANȚIE		U			DULAP CU STICLE / BOT DE MISTREȚ			H	COPERȚI DE TRATAT! / VAS CU UNTURĂ		
		R	SERIE DE 3 OPERE / CÂNTĂREȚ POPULAR					I			
	FANTASTIC / GEST DE MARE CURAJ	I					ARUNCAT LA NOROC / BRÂNZĂ DULCE	N			MITRĂ PAPALĂ
J	E	FOARTE VECHI / CUTIE CU VOTURI						OBICEI RELIGIOS / OAMENI DIN MULȚIME			
JEAN ENE / FRÂNT / LUCRAT CU FUSUL	R	U	P	T	COTĂ PARTE / CREANGA POETULUI					SUNET LA TELEFON	
T	O	R	S	APARAT DE MĂCINAT CAFEA / DIN OȚET!						A	
MERSUL LA PEȘTE / PRIMA LA CARTE		H					RULOU LA FEREASTRĂ			L	
		A								O	

Umor

☺ *– Mami, dacă o să fiu cuminte, când o să fiu mare, o să am și eu un soț?*
– Da, fetița mea!
– Și dacă nu o să fiu cuminte?
– O să ai mai mulți!

☺ *– Dă-mi 500 de lei și îți fac asigurare.*
– Ce fel de asigurare?
– Te asigur că nu o să-i mai vezi înapoi!

☺ *Inginerul agronom către badea Vasile:*
– Bade, cu metoda asta învechită nu o să obții nici 5 kilograme de pere din pomul ăsta...
– Ai dreptate, e prun...

☺ *– Dragule, de câte ori să-ți spun să duci la loc ce nu îți mai trebuie!?*
– Ai dreptate!!! Îmbracă-te, te duc la mama ta!

☺ *La școala de șoferi.*
Elevul: Am parcat bine?
Instructorul: Excelent, acum hai să ieșim prin portbagaj.

☺ *– Nevastă, ciorba asta este de ieri?*
– Da! Și dacă nu mănânci, va fi și cea de mâine!

☺ *Știți cum îmi rezolv eu problemele? Fac altele. Așa uit de cele vechi...*

☺ *– Alo, Gigele, hai la o bere!*
– Păi acum o jumătate de oră aveai o durere de cap îngrozitoare!...
– Aveam, dar a plecat la coafor!

SUDOKU

jocul săptămânii: 27

	1	3						
		4	2					7
8	5		9					3
			1			2		
			5		4			
		6			8			
5					9		2	6
9					5	4		
						5	7	

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 26

8	3	5	4	1	2	7	6	9
9	1	7	5	3	6	8	2	4
4	6	2	9	8	7	1	5	3
6	7	9	3	5	4	2	1	8
1	4	3	7	2	8	5	9	6
5	2	8	1	6	9	4	3	7
2	9	6	8	4	5	3	7	1
3	5	4	6	7	1	9	8	2
7	8	1	2	9	3	6	4	5

Soluția integramei „ÎNFLORITURI"

Orizontal: R - S - B - L - A - L - CONCHISTADOR - BERBEC - HIBA - ZOBI - TANTOSI - TUNS - NOI - ET - VIN - PEDEAPSA - I - EPILA - TOI - EA - ATELA - TEI - NORI - ARMA - D - AGIL - EGOISTI - REIATI - RIAL - HORTICULTURA.

Verificați-vă cunoștințele!

Soarele

1. Cum se numea zeul babilonian al Soarelui binefăcător?
2. Care era, în mitologia iraniană, zeul razelor solare?
3. Cum se numea zeița Soarelui în mitologia japoneză?
4. Ce scriitor englez de origine japoneză (născut la Nagasaki în 1954) a scris romanul „Klara și Soarele"?
5. Ce pictor rus (1817-1900) a pictat tabloul „Răsărit de Soare"?
6. Cărui compozitor francez (1925-2016) îi aparține lucrarea pentru voce și orchestră „Soarele apelor"?
7. Cine a realizat, în anul 2007, filmul „Spre Soare" („Sunshine"?

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

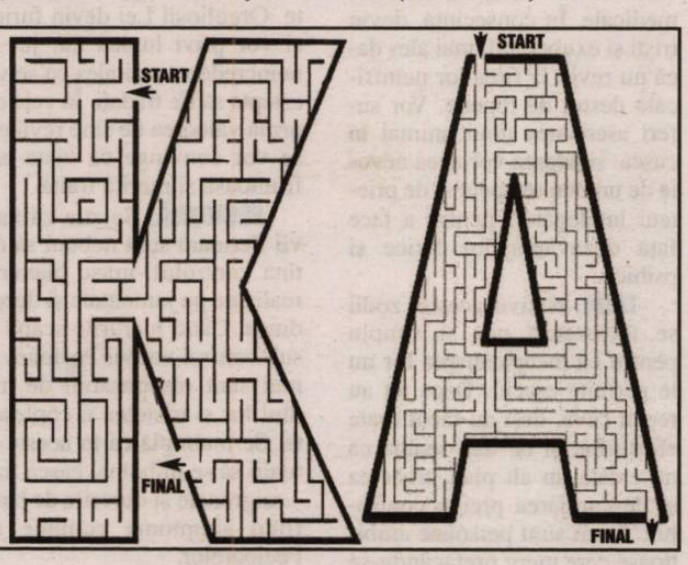
1) Trandafirii sunt cunoscuți cu 4000 de ani î.Hr. Locul lor de origine este considerat continentul asiatic. 2) Valea Trandafirilor se află în Bulgaria, în centrul țării între Munții Balcani și Munții Sredna Gora. 3) În Războiul celor Două Roze s-au înfruntat familiile: York având drept blazon o roză albă și Lancaster a cărei emblemă era trandafirul roșu. 4) Romanul „Numele trandafirului" a fost scris de Umberto Eco. 5) Tabloul „Vas cu trandafiri" poartă semnătura lui Nicolae Tonitza. 6) Valsul „Trandafiri din sud" aparține lui Johann Straus (fiul). 7) Filmul românesc „Trandafirul galben" a fost realizat în regia lui Doru Năstase.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema *„Dunărea"* am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE
Încercați să rezolvați labirinturile.



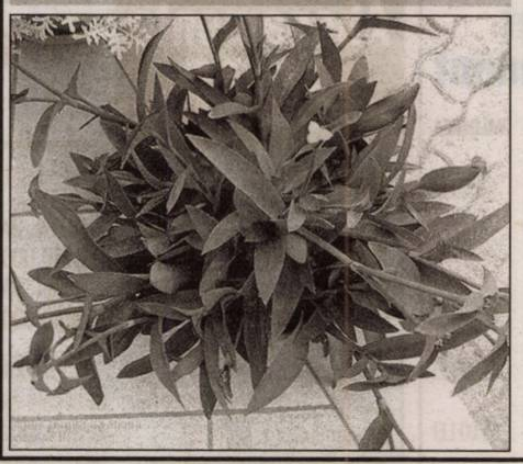
Grădina de lângă casă

■ Este originară din Mexic, cultivată ca plantă de apartament încă din 1950. După 3-4 ani, planta se urâțește așa că trebuie butășită cu regularitate. După ce ajunge la maturitate, planta se poate transplanta o dată la 2 ani.

■ Poate ajunge la 20-30 cm înălțime și la 40 cm anvergura. Are frunzele lanceolate, lungi de 10-15 cm, ce învelesc tulpinile. Planta este colorată în purpuriu-violaceu și acoperită de un puf catifelat.

■ Florile apar vara, la capătul tulpinilor și sunt de culoare roz-purpuriu.

Regina purpurie
(Setcreasea purpurea)



■ Pentru o dezvoltare optimă trebuie să aibă cel puțin trei ore de soare zilnic. Din luna mai și până în octombrie se ține în grădină sau în balcon, la semiumbră.

■ Se udă regulat, iar între două udări trebuie să lăsați pământul să se usuce pe un strat de 3-4 cm adâncime.

■ Se administrează fertilizatori lunar, din aprilie până în septembrie, cu îngrășăminte pentru plante verzi.

■ Se poate înmulți prin butași de tulpină de 10 cm lungime, puși la înrădăcinat în apă sau în pământ de răsadniță amestecat cu nisip.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

De ce semnele zodicale devin triste?

Tristeţea este o emoţie importantă şi, fie că recunoaştem sau nu, face parte din noi. Clipele în care mâhnirea ne copleşeşte ne determină să fim recunoscători pentru momentele fericite. Prea multă tristeţe însă poate fi nesănătoasă.

Astrologii ne recomandă să recunoaştem factorii declanşatori ca să putem dezvolta mecanisme de adaptare mai bune. Pentru a înţelege mai bine astăzi vă prezentăm motivele pentru care semnele zodiacale devin triste.

BERBEC. Aceşti nativi se simt limitaţi din cauza răului fizic sau a rănilor sentimentale. Ei sunt pacienţii îngrozitori, care nu ţin cont de sfaturile medicale. În consecinţă, devin trişti şi exuberanţi, mai ales dacă nu revin la firea lor neînfricată destul de repede. Vor suferi asemenea unui animal în cuşcă şi adesea vor avea nevoie de un bun terapeut şi de prieteni înţelegători pentru a face faţă dezavantajelor fizice şi psihice.

TAUR. Nativii acestei zodii se întristează pur şi simplu pentru că încăpăţânarea lor nu le permite eşecul. Dacă nu au reuşit ceva, deşi au făcut toate eforturile, şi îşi dau seama că nu există un alt plan, tristeţea şi descurajarea preiau controlul. Taurii sunt persoane ambiţioase care merg prefăcându-se că totul este în regulă, dar în comportamentul lor se va sesiza o diferenţă. Spuneţi-le că sunteţi acolo pentru a-i ajuta şi vor prinde curaj.

RAC. Familia şi prietenii sunt totul pentru nativii Rac şi atunci când pierd o persoană iubită se vor întrista mult timp. Ei tind să vadă acea persoană peste tot şi simt nevoia să îşi aducă aminte povestind. Pentru că simt că pierderea este profundă este inutil să încercaţi să-i grăbiţi vindecarea. Oferiţi-le mai mult timp şi fiţi un bun ascultător iar lucrurile se vor îmbunătăţi de la sine.

GEMENI. De obicei, nativii Gemeni sunt buni să navigheze prin haos, dar uneori pot încerca să scape de probleme mult prea repede şi nu fac altceva decât să se epuizeze şi să devină trişti. Posomorârea rezultată va fi puternică şi de neconsolat. Lăsaţi-i să se odihnească o perioadă şi îşi vor reveni.

LEU. Nativii Leu adoră să deţină lucruri frumoase şi sunt mândri de viaţa pe care şi-au construit-o. Când bunurile lor sunt deteriorate sau furate, ajung imediat la pierderea mândriei şi sunt copleşiţi de tristeţe. Orgolioşii Lei devin furioşi şi vor privi lumea din jur cu neîncredere, mai ales că se vor aştepta să fie trădaţi. În cele din urmă valoarea de sine revine şi se vor convinge că viaţa este frumoasă şi merită trăită.

FECIOARĂ. Se ştie că nativii Fecioară sunt nebuni să deţină controlul, urăsc planurile realizate pe jumnătate şi dezordinea. Când lucrurile scapă de sub control nativii Fecioară nu mai sunt responsabili de mediul lor şi tristeţea îi copleşeşte. Se întâmplă ca în aceste situaţii să se îmbolnăvească fizic – migrenele şi durerile de burtă fiind simptome comune ale Fecioarelor.

BALANŢĂ. Uneori se pare că nativii Balanţă sunt întotdeauna capabili să-şi ţină emoţiile sub control. Multe sunt motivele care îi vor întrista, dar starea este doar de moment. Ca răspuns la tristeţe, Balanţele vor ţipa, vor plânge, chiar dacă oarecum situaţia pare jenantă – apoi vor continua să răspândească fericirea în Univers.

SCORPION. Pentru personalitatea Scorpionilor, chinul şi tristeţea sunt două stări care îi atrag, de fapt se ştie că aceşti nativi sunt interesaţi de lucrurile mai întunecate, dacă putem să le spunem aşa. Romantici înfocaţi, vor sta retraşi şi vor plânge elegant iubirea pierdută sau neîmpărtăşită. Când melancolia normală a Scorpionilor devine un motiv de îngrijorare, prietenii ar trebui să-i sprijine pentru a-şi reveni rapid.

SĂGETĂTOR. Nativii Săgetător sunt sceptici prin natura lor şi vor lua în derâdere orice îi înconjoară. Umorul este supapa lor de siguranţă. Tristeţea îi vor copleşi doar atunci când se văd depăşiţi de situaţie şi nici măcar umorul negru nu îi poate salva. Atunci Săgetătorii devin nefireşti şi vor avea nevoie de ceva timp pentru a procesa evenimentele.

CAPRICORN. Capricornii ştiu exact unde vor să fie peste 10 ani! Aceşti nativi sunt maeştrii sarcinilor grele, vizualizând şi planificând totul bine. Tristeţea apare atunci când obiectivele nu sunt îndeplinite sau când o persoană dragă refuză să le ofere sprijin. Dacă vor simţi că succesul a trecut pe lângă ei sigur se va instala tristeţea şi amărăciunea. Nu trebuie decât să creeze rapid un alt plan care să funcţioneze.

VĂRSĂTOR. Nativii nu sunt legaţi de un loc sau de o anume persoană, iar atunci când sunt forţaţi să se angajeze şi să se conformeze devin trişti şi înfometaţi de oxigen. Tristeţea se va manifesta prin pierderea poftei de mâncare şi dezinteres faţă de lumea din jur. Cea mai bună tactică de a-i scoate pe Vărsători din această stare este să îi trimiteţi într-o vacanţă în care să îşi satisfacă nevoia de călătorie şi să se plimbe liberi.

PEŞTI. Nativii Peşti se întristează? Ţineţi cont că au tendinţa de a reveni des la comportamentul distructiv şi apoi se vor zbate pentru a se schimba. Aşa ajung să fie copleşiţi de tristeţe. Dar se pot schimba şi se schimbă. Este nevoie de doar 1 până la un trilion de încercări. Ţineţi-i în braţe atunci când sunt trişti şi nu le judecaţi alegerile.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Contacte cu alte civilizaţii galactice? ■ Cine se scoală mai târziu... pierde războiul! ■ O piedică din Pentagon înlăturată ■ Margaretha Von Waldeck – adevărata „Albă ca Zăpada" ■ Anxietatea – stare de asediu ■ Dictatorii – nişte cinefili înrăiţi!

Ce spun astrele

HOROSCOP

11-17 iulie 2022

BERBEC 21.03-20.04

Vreţi să fiţi activi, dar vă veţi petrece timpul mai mult acasă şi vă veţi relaxa prin împrejurimile familiare, fiind atraşi de interacţiuni cu fraţii, rudele sau vecinii. Apreciaţi acum, mai mult ca oricând, frumuseţea împrejurimilor de zi cu zi.

TAUR 21.04-21.05

Ritmul zilelor dumneavoastră se va accelera şi veţi goni de colo-colo, ocupaţi cu tot felul de comisioane, programări, călătorii scurte sau vizite la fraţi, rude şi vecini. Dacă vă puteţi strecura într-o mică vacanţă ar fi o idee grozavă.

GEMENI 22.05-21.06

Vestea minunată este că Venus s-a mutat în zodia dumneavoastră şi acest lucru vă face să vreţi să ajungeţi la alţii. Sunteţi fermecători şi diplomaţi, aşa că veţi căuta pacea şi veţi rezolva din problemele cu ceilalţi. Succes!

RAC 22.06-21.07

Acum aveţi şansa să vă reîncărcaţi bateriile pentru tot restul anului. Veţi atrage oameni importanţi şi situaţii favorabile către dumneavoastră. Este momentul prielnic pentru o promovare sau o recunoaştere venită din partea colegilor de la serviciu.

LEU 22.07-22.08

Puteţi folosi zilele care urmează pentru a vă face noi planuri. Stabiliţi-vă nişte obiective, deoarece acest lucru vă va oferi o concentrare mai clară asupra a ceea ce este important pentru dumneavoastră. Veţi atrage în special oameni creativi şi cu simţ artistic.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Idealismul dumneavoastră va fi trezit, motiv pentru care aţi putea căuta organizaţii caritabile sau alte modalităţi pentru a-i ajuta pe cei mai puţin norocoşi. De câte ori sunteţi conştienţi de suferinţa celorlalţi, deveniţi plini de compasiune.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Soarele străluceşte asupra dumneavoastră şi vă surpinde ca într-un reflector măgulitor. Din această cauză toată lumea vă va admira şi vă va vedea ca pe nişte persoane supercapabile, chiar dacă nu faceţi nimic special.

SCORPION 23.10-21.11

Aveţi nevoie de o schimbare! Uneori trebuie să renunţaţi la rutină pentru a explora mai mult lumea. Puteţi alege explorarea intelectuală, motiv pentru care veţi începe să studiaţi sau să urmaţi cursuri noi, în detrimentul călătoriilor.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Săptămâna aceasta toate relaţiile merg spre calificativul extraordinar. Puteţi folosi aceste zile pentru a remedia relaţiile dificile şi neînţelegerile. Vă veţi implica mai mult şi în problemele financiare sau în situaţia unei proprietăţi comune.

CAPRICORN 22.12-19.01

Fiţi inteligenţi, respectuoşi şi politicoşi atunci când sunteţi faţă-n faţă cu autorităţile. Ţineţi minte: prima pierdere este cea mai ieftină. Lăsaţi-o să se ducă! Ceea ce funcţionează trebuie să facă parte din viaţa dumneavoastră, astfel încât să progresaţi.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vă fixaţi ştacheta destul de sus şi vreţi să fiţi productivi. Practic, doriţi să vă gestionaţi mai bine viaţa. Venus vă va aduce recompense atrăgând activităţi distractive, ieşiri în societate, vacanţe şi tot felul de jocuri alături de copii.

PEŞTI 19.02-20.03

Vreţi să socializaţi cu ceilalţi la un nivel mai profund şi să vă exprimaţi talentul creativ. Aşteptaţi-vă ca relaţiile să fie mai vesele şi cei din jur să-şi dorească mai multă distracţie. În weekend puneţi în aplicare câteva proiecte atractive legate de casă. Succes!

Nativul săptămânii: **COSTIN D. NENIŢESCU** (15.07.1902 – 29.07.1970)

A fost un chimist român, fondatorul şi promotorul unor ramuri noi ale chimiei din România, membru al Academiei Române. Rezultatele muncii acestui nativ al zodiei Rac se văd în cele 262 de articole originale şi 21 de brevete.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	13,00 LEI
❑ 2 LUNI	26,00 LEI
❑ 3 LUNI	39,00 LEI
❑ 4 LUNI	52,00 LEI
❑ 5 LUNI	65,00 LEI
❑ 6 LUNI	78,00 LEI

Abonamente 2022

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2022

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 45 euro sau 50 $,
– 6 luni: 90 euro sau 100 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud/Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1608 ● ANUL LXV ● 14 IULIE 2022 ● 16 PAGINI ● 3,5 LEI Nr. 28 (3358)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Arte & ciudăţenii

VIOARA
din piatră neagră

Femina club
Pentru dumneavoastră, doamnă
Mişcarea, antidepresiv natural
Dosarele frumuseţii
Tinereţea surâsului

Minunile lumii

QHAPAQ ÑAN
calea incaşilor

„Nu te teme niciodată de umbre... Ele nu fac decât să arate că există lumină în apropiere."
Paulo Coelho

Contacte cu alte CIVILIZAŢII GALACTICE?

CĂUTĂM SEMNALE, DAR NU ŞTIM DACĂ ACESTE CIVILIZAŢII EXISTĂ. La începutul deceniului 6 al secolului trecut, un astronom pe nume Frank Drake, a devenit faimos pentru ecuaţia matematică pe care a elaborat-o în sprijinul ideii că civilizaţii similare celei a noastre sunt răspândite în Univers, o ecuaţie care calcula numărul civilizaţiilor existente în funcţie de mai mulţi parametri comunicanţi prin înmulţirea mai multor variabile.

Problema (cel puţin pentru moment) este că astronomii nu au cifre ferme pentru niciuna dintre aceste variabile, aşa că orice calcul al ecuaţiei Drake rămâne o estimare aproximativă, chiar dacă între timp unele descoperiri au existat, totuşi, descoperiri în unele dintre aceste domenii au oferit astronomilor şanse mai mari de a găsi răspunsul la întrebarea: câte civilizaţii există în Univers?

Un studiu din 2020, recalculând ecuaţia Drake, dădea o veste îmbucurătoare vânătorilor de civilizaţii extraterestre: ar fi vorba de peste 300 de milioane de lumi cu condiţii similare cu cele ale Pământului, împrăştiate în toată Calea Lactee. Şi tot atâtea posibilităţi ca aceste lumi să adăpostească civilizaţii mai puţin sau mai mult dezvoltate în comparaţie cu a noastră. Simple bănuieli ce ţin de o logică elementară, nu şi de o realitate demonstrabilă.

Şi apoi, să ne reamintim că tot în anii 1970, futurologi de genul lui Carl Sagan sau Arthur C. Clarke vorbeau despre existenţa a miliarde de galaxii în tot Universul. Calculele devin ameţitoare. Şi în ciuda acestor calcule şi aşteptări febrile, niciun semnal nu a ajuns de la aceste civilizaţii până acum. Nimic, *nada*.

echipă de astronomi din Australia, folosind telescopul Square Kilometer Array Pathfinder (ASKAP) din Murchison, Australia, a anunţat că a recepţionat mesaje misterioase provenind din centrul Căii Lactee.

Imediat, imaginaţia s-a reîncălzit, erau aceste semnale încercarea unor extratereştri de a contacta semenii pământeni?

Din descrierea astronomilor, semnalele radio neobişnuite au fost detectate „de la un obiect cosmic denumit ASKAP J173608.2-321635 şi nu semănau cu niciun fel de altă undă de acest fel venită din spaţiu, nefiind o explozie radio rapidă, un pulsar sau o stea cu masă redusă, după cum scria *Express*.

Ciudatele semnale radio au fost descoperite de oamenii de ştiinţă în urma unor observaţii realizate între aprilie 2019 şi august 2020. „Undele radio recepţionate au apărut de 13 ori şi ele nu au durat niciodată mai mult de câteva săptămâni, la un eveniment. Una dintre ciudăţeniile observate de astronomi este faptul că semnalul nu are un model previzibil, apărând şi dispărând la întâmplare", declarau cercetătorii. Conform declaraţiei lui Ziteng Wang, care a condus studiul de la Universitatea din Sydney, „ASKAP J173608.2-321635 ar putea reprezenta o parte a unei noi clase de obiecte cosmice descoperite prin metoda imagisticii radio".

> POVESTEA CONTACTELOR CU EXTRATEREŞTRII A FOST SUBIECTUL PREFERAT AL MASS-MEDIEI INTERNAŢIONALE ALE ANILOR 60-70, ATUNCI CÂND AU FOST LANSATE TEME CIUDATE DESPRE ÎNTÂLNIRI CU „OMULEŢII VERZI" PRIN SUA, CONTACTE, VIZITE, RĂPIRI ETC. ATUNCI A ÎNCEPUT CURSA PENTRU DETECTAREA SEMNALELOR PROVENITE DE LA CIVILIZAŢII DIN GALAXIA NOASTRĂ, ŞI EA CONTINUĂ PÂNĂ ÎN ZIUA DE AZI.

Şi totuşi, se învârte...

Celebrele cuvinte atribuite lui Galileo Galilei, *eppur si muove*, pe care astronomul le-ar fi rostit după abjurarea, în faţa unei instanţe a Inchiziţiei, în 1633, a teoriei sale care susţinea că Pământul se învârte în jurul Soarelui şi nu invers, sfidând astfel milenara teorie ptolemeică, însuşită de Biserica catolică, a Pământului, centru al sistemului nostru solar, pot fi folosite de acum şi în sprijinul existenţei civilizaţiilor extraterestre. Nu existau până acum dovezi ale prezenţei, nici semnale din partea lor? Şi dacă, totuşi ele există?

La mijlocul lunii iunie, cercetătorii chinezi au anunţat că este posibil să fi recepţionat semnale de la extratereştri. E drept că astronomii chinezi „nu au exclus încă interferenţa radio umană ca sursă a semnalelor", după cum scrie *LiveScience*.

Potrivit unui raport publicat pe 14 iunie în *Science and Technology Daily*, publicaţie a Ministerului Chinez pentru Ştiinţă şi Tehnologie, cercetătorii chinezi „ar fi putut capta semnale de la o civilizaţie extraterestră îndepărtată".

Astronomii de la Universitatea Normală din Beijing susţin că au descoperit „mai multe cazuri de posibile dovezi tehnologice provenind de la civilizaţii extraterestre din spaţiul sideral".

Semnalele recepţionate au fost preluate de Radiotelescopul sferic cu deschidere de o jumătate de kilometru (FAST), cel mai mare din lume la ora actuală, poreclit „Sky Eye", despre care am scris şi noi în revista *Magazin*. *Sky Eye* a intrat în funcţiune în 2019, cu scopul de a scana spaţiul cosmic şi pentru a detecta semnale radio care ar fi putut indica viaţa extraterestră. Analizând datele obţinute ulterior, în anul 2020, cercetătorii au declarat că „au observat două semnale radio suspecte de bandă îngustă, potenţial artificiale", adică nefiind din surse terestre.

Apoi, în 2022, o supraveghere ţintită a unor exoplanete cunoscute a descoperit „un alt semnal radio ciudat de bandă îngustă, ridicând numărul semnalelor la trei". Şi cum semnalele recent înregistrate sunt unde radio de bandă îngustă, utilizate de obicei doar de aeronave şi de sateliţi, ele ar fi putut fi produse de o tehnologie aparţinând unei civilizaţii extraterestre. Cu toate acestea, rezervele există, atunci când nu umbli după „bombe" de presă.

Oamenii de ştiinţă chinezi admit că „descoperirile lor sunt preliminare şi ar trebui luate cu prudenţă până când analiza este completă". „Acestea sunt câteva semnale electromagnetice în bandă îngustă diferite de cele din trecut şi echipa lucrează în prezent la investigaţii suplimentare", a declarat cercetătorul Zhang Tongjie, şeful Grupului de Cercetare a Civilizaţiilor Extraterestre de la Universitatea Normală din Beijing, pentru *Science and Technology Daily*.

De asemenea, „posibilitatea ca semnalul suspect să fie un fel de interferenţă radio este foarte ridicată şi acest lucru trebuie confirmat şi exclus în continuare. Acesta poate fi un proces lung", a mai spus cercetătorul chinez.

(Continuare în numărul viitor)

GEORGE CUŞNARENCU

Ceva, ceva, dar tot nimic

În septembrie anul trecut, se părea că gheaţa a fost spartă: o

Telescopul sferic situat în provincia Guizhou, din sud-vestul Chinei

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ
TÂRGU-MUREŞ

„Super-Pământul" pe care ar putea exista viață

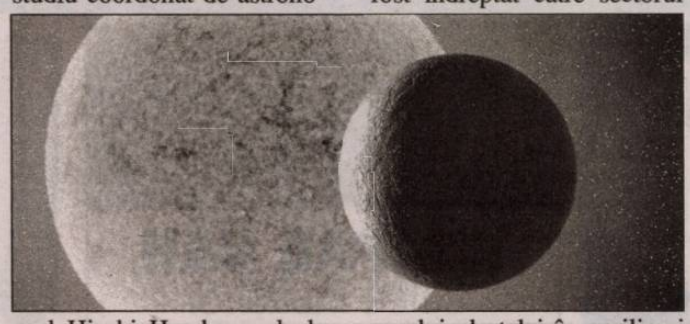
În jurul unei stele roșii slabe numită Ross 508 b, situată la doar 36,5 ani-lumină distanță, astronomii au confirmat existența unei exoplanete de doar 4 ori mai mare decât Pământul.

Având în vedere ceea ce știm despre limitele de masă planetară, se presupune să aibă o compoziție mai degrabă stâncoasă decât gazoasă.

Exoplaneta numită Ross 508 b este puțin probabil să fie locuibilă, așa cum concepem noi viața, dar descoperirea, o premieră pentru o explorare ce utilizează Telescopul Subaru al Observatorului Național Astronomic al Japoniei (NAOJ) din Hawaii, demonstrează eficacitatea tehnicilor utilizate pentru a localiza planetele mici în jurul stelelor slabe.

„Vânătoarea" de exoplanete locuibile este oarecum împiedicată de însăși natura a ceea ce presupunem că sunt acestea. Singurul șablon pe care îl avem este Pământul: o planetă relativ mică, ce orbitează la o distanță de stea, unde temperaturile sunt favorabile existenței apei lichide de suprafață. Astfel definește NASA în esență „zona locuibilă".

Ross 508 b, descris într-un studiu coordonat de astronomul Hiroki Harakawa de la Telescopul Subaru, este prima exoplanetă din campanie, orbitând în jurul stelei sale la fiecare 10,75 zile.



Ross 508 b este una dintre cele mai mici și mai slabe stele descoperite folosind viteza radială, având doar 18% din masa Soarelui. Aceasta este mult mai aproape decât orbita Pământului. La distanța respectivă, radiația stelară care lovește Ross 508 b este de doar 1,4 ori radiația solară care lovește Pământul. Acest lucru plasează exoplaneta foarte aproape de marginea exterioară a zonei locuibile de pe orbita stelei sale.

Descoperirea conturează foarte bine viitorul în domeniu. Ross 508 b își tranzitează steaua, aceasta însemnând că telescopul TESS, care a fost îndreptat către sectorul cerului al stelei în aprilie și mai a acestui an, ar fi putut obține date suficiente de tranzit pentru ca astronomii să discearnă dacă exoplaneta are atmosferă.

Astfel de observații îi pot ajuta pe oamenii de știință să caracterizeze atmosferele unor lumi care ar putea fi locuibile. Deși este puțin probabil să existe viață pe Ross 508 b, descoperirea demonstrează eficacitatea tehnicilor utilizate pentru a localiza planete mici în jurul stelelor slabe.

Primele animale modificate genetic

Un mister vechi de circa patru milenii și jumătate se pare că a fost elucidat de știința actuală. Kunga, un ecvideu menționat sau reprezentat în textele și imaginile artei mesopotamiene, înainte de introducerea cailor domestici în Mesopotamia la sfârșitul mileniului al III-lea î.Hr., era în realitate un animal hibrid, între măgarul domestic și măgarul sălbatic de Siria.

Kunga, simbol al statutului și bogăției datorat utilității sale, era folosit la tracțiunea carelor de luptă ale mesopotamienilor, în timpul bătăliilor sau la vânătoare (mai ales cea de lei), dar și în agricultură sau la ceremonii, ca zestre regală. El a dispărut odată cu apariția calului domestic, care se putea reproduce în mod natural.

Kunga erau mai degrabă niște măgari ceva mai „îndesați", proveniți dintr-o mamă măgar domestică, tatăl fiind un măgar sălbatic din altă specie. Descoperirea a fost făcută prin analize ADN efectuate de cercetători ai Institutului Jacques Monod din Paris. S-a putut demonstra astfel că aceste ecvidee erau hibride, realizate de om (rezultatul reproducerii între specii diferite), cunoscându-se că ele erau animale sterile datorită genelor lor mixte.

Oamenii de știință consideră că mesopotamienii probabil au observat acuplarea dintre masculul sălbatic și femela domestică și au început să „industrializeze" această practică.

În mod firesc, urmașii astfel obținuți moșteneau însușirile ambilor părinți, ceea ce se presupune că îi interesa cel mai mult pe mesopotamieni acum 4.500 de ani având un control mai ușor asupra lor, datorat mamei și viteza de deplasare mai mare, specifică tatălui.

Este suprinzător că societăți antice și-au imaginat un proces atât de complex precum reproducerea hibridă. Au dezvoltat în mod intenționat o strategie de a reproduce două specii diferite cu caractere distincte pentru a obține un animal deosebit de util, o „bioinginerie" străveche.

Cu toate acestea, respectiva genialitate genetică imaginată în epoca bronzului a cedat locul calului la fel de puternic, care se reproducea mai ușor.

Despre forme verbale

Să vorbim corect!

Auzim în ultimul timp, chiar la televizor niște forme de conjunctiv prezent mai puțin obișnuite. Astfel, în afară de oribilul „să aibe" cu variante „să aivă" unii vorbitori folosesc formele „să spuie" și, ce-i drept mai rar, „să vază".

Menționăm că ambele sunt regionalisme și folosirea lor nu se recomandă în vorbirea curentă, mai ales în aceea pretins elevată.

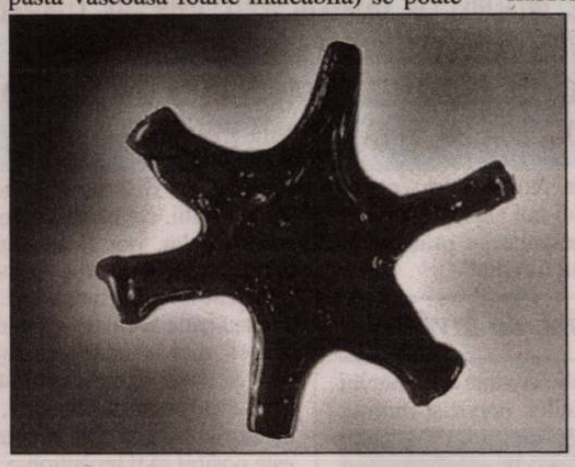
Nu avem nimic împotriva regionalismelor, ele dau un anume farmec limbii, dar trebuie folosite cu măsură și, mai ales acolo unde sunt necesare. Aceasta nu înseamnă că unii uită de unde au plecat, ci pur și simplu că și-au însușit corect noțiunile de limbă literară.

Formele corecte ale acestor verbe sunt „să spună" și „să vadă" și acestea trebuie folosite cel puțin atunci când ne adresăm altora și vrem să fim ascultați. *(I.S.)*

Robotul „moale"

O echipă de cercetare de la Chinese University din Hong Kong a dezvoltat un nou robot „moale", dintr-o substanță ciudată, care cu siguranță va părea neatractiv. Acest minirobot magnetic poate fi folosit în viitor pentru proceduri chirurgicale sau chiar pentru salvarea persoanelor victime ale unor accidente.

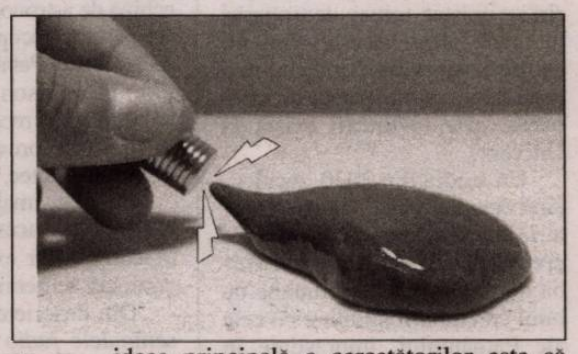
Acest robot are „abilități" unice pentru că prezintă o adaptabilitate la spații foarte restrânse, cum ar fi sistemul digestiv uman. Pe de altă parte, deformarea sa este reconfigurabilă, slime-ul (în sens literal – pastă vâscoasă foarte maleabilă) se poate reasambla după ce a fost tăiat pentru că are în compoziție particule magnetice.



Proprietățile sale fizice îl clasifică drept un fluid „non-newtonian", precum un amestec de amidon de porumb și apă. Acest tip de fluid are capacitatea de a se comporta ca un solid atunci când primește un șoc și ca un lichid când este manipulat cu blândețe, îmbunătățind deformabilitatea fluidului. Caracteristicile respective erau deja prezente în substanțe ca elastomerul (compus de silicon) sau ferofluidele, dar acest slime magnetic are marele avantaj de a le însuma.

Mini-robotul chinezesc nu va fi autonom, manipularea sa făcându-se de la distanță, prin folosirea unui câmp magnetic. El este fabricat din neodim, o substanță magnetică maleabilă la temperatura camerei, incluzând o rășină (polivinil), alcool și borax, un detergent care se găsește în apa de gură, de exemplu.

Deoarece slime-ul magnetic este direcționat de un magnet extern, este posibil controlul său pentru a se extrage obiecte metalice ajunse în sistemul digestiv. În consecință, aplicațiile sale sunt numeroase, dar ideea principală a cercetătorilor este să desfășoare acest obiect în corp, ca minirobot autonom ce poate fi direcționat către zonele-țintă, folosind un magnet extern. Deși particulele magnetice sunt toxice, ele vor intra în siguranță în corpul uman după ce au fost acoperite cu un strat de compus siliconic.



Pe termen lung, cercetătorii plănuiesc să-l folosească pentru recuperarea obiectelor ajunse în organism, dar și pentru anumite tipuri de intervenții chirurgicale minim invazive sau pentru a facilita administrarea de medicamente.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerțului București sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: București sector 1, Piața Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAȚIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Președintă
GEORGE CUȘNARENCU
Administrator
NICUȘOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACȚIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacție: Gabriela Nițu
PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicușor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, București

COLEGIUL DE REDACȚIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Președintă a Consiliului de Administrație
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUȘNARENCU
Redactor-șef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piața Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

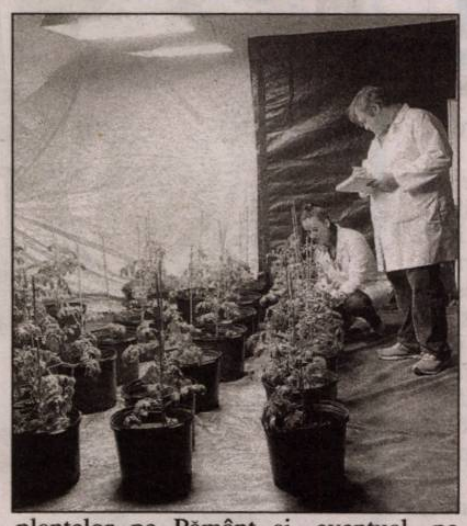
Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material și din punct de vedere juridic, pentru exactitatea și corectitudinea celor relatate. Revista își declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Nițu, Rodica Nițu

Tiparul:
TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

Roșii cultivate prin fotosinteză artificială

Dacă omenirea va reuși într-o zi să facă saltul interplanetar de pe Pământ pe Marte, atunci capacitatea de a cultiva plante pe Planeta Roșie va fi vitală.



Botanistul Mark Watney (interpretat de actorul Matt Damon) a găsit o modalitate, în superproducția din 2015 – *Marțianul*, să supraviețuiască hrănindu-se cu cartofi cultivați pe Marte. Acum, această viziune ar putea deveni realitate, după ce oamenii de știință au dezvoltat o nouă metodă de creștere a plantelor în întuneric complet, folosind fotosinteza artificială.

Cercetătorii de la Universitatea Riverside, California și Universitatea Delaware au folosit un sistem de electrolizator chimic pentru a transforma dioxidul de carbon, electricitatea și apa în acetat – o formă a componentei principale a oțetului.

Organismele producătoare de hrană au consumat apoi acetat pentru a crește în întuneric. Progresul ar putea ajuta la găsirea unor noi modalități de cultivare a plantelor pe Pământ și, eventual, pe Marte. „Imaginați-vă într-o zi vase gigantice în care să crească tomate în întuneric pe Marte – cât de ușor ar fi pentru viitorii coloniști?", a declarat Martha Orozco-Cárdenas, directorul Centrului de cercetare pentru transformarea plantelor de la Universitatea Riverside.

Co-autorul studiului, Feng Jiao, de la Universitatea din Delaware, a adăugat: „Dacă scăpăm de nevoia de lumină solară, atunci putem crește mai multe straturi de culturi în același timp, similar cu modul în care sunt cultivate ciupercile, și putem crea un fel de fabrică de alimente."

Spre deosebire de solul de pe Pământ, regolitul marțian, așa cum este cunoscut, este mult mai dur pentru culturi, deoarece este lipsit de cantități semnificative de materie organică. Marte primește mult mai puțină lumină solară decât Pământul, astfel încât oamenii de știință trebuie să găsească noi tehnici pentru a îmbunătăți ratele de creștere dacă se dorește ca producția de alimente pe Planeta Roșie să devină realitate.

Electrolizatorul dezvoltat de savanții americani a transformat eficient 57% din dioxidul de carbon, folosind un catalizator de cupru și creând un flux de acetat foarte concentrat care ar putea fi folosit ca hrană pentru plante.

Cercetătorii au studiat mai multe plante alimentare și au descoperit că ele au fost capabile să preia carbonul din acest acetat furnizat din exterior prin intermediul principalelor căi metabolice. Ei au descoperit că utilizarea panourilor solare pentru a genera electricitate care să alimenteze reacția chimică ar putea crește eficiența conversiei luminii solare în plante și ar putea să o facă de până la 18 ori mai eficientă pentru unele plante.

Rezultatele cercetărilor au arătat că toate plantele testate au fost capabile să încorporeze acetat și au fost destul de dispuse să digere și să utilizeze moleculele de carbon. La unele plante, acetatul a apărut în aminoacizii plantei, în timp ce la altele a fost găsit în zaharuri pe care planta le-a folosit ca energie pentru creștere.

Microplastic în paharele de cafea

Paharele de cafea de unică folosință sunt deja cunoscute ca fiind un flagel pentru mediu, din cauza învelișului subțire din plastic care le face extrem de greu de reciclat. Un nou studiu a dezvăluit că recipientele pentru băuturi fierbinți aruncă trilioane de particule microscopice de plastic în băutura favorită a multor pământeni.

Cercetătorii de la Institutul Național de Standarde și Tehnologie au analizat pahare de unică folosință pentru băuturi calde acoperite cu polietilenă de joasă densitate (LDPE) – o folie de plastic moale și flexibilă, folosită adesea ca o căptușeală impermeabilă la produsele casnice de unică folosință.

Ei au descoperit că, atunci când aceste pahare sunt expuse la apă având 100ºC, ele eliberează în lichid trilioane de nanoparticule per litru. „Principala concluzie la care am ajuns este că există particule de plastic oriunde ne-am uita. Sunt trilioane pe litru", afirmă Christopher Zangmeister, chimist la NIST.

Pentru a analiza nanoparticulele eliberate de paharele de cafea, Zangmeister și echipa sa au luat apa dintr-un pahar, au pulverizat-o sub formă de spray și au lăsat-o să se usuce – izolând astfel nanoparticulele de restul soluției. Această tehnică a fost folosită anterior pentru a detecta particule minuscule de microplastic în atmosferă. După ce soluția pulverizată s-a uscat, nanoparticulele din ea au fost sortate în funcție de mărimea lor.

Cercetătorii au putut apoi să specifice o anumită dimensiune – de exemplu, nanoparticule de aproximativ 100 de nanometri – și să o treacă într-un contor de particule. Nanoparticulele au fost expuse la vapori fierbinți de butanol, un tip de alcool, apoi au fost răcite rapid.

Pe măsură ce alcoolul s-a condensat, particulele s-au umflat de la nanometri la micrometri, ceea ce le-a făcut mult mai ușor de detectat. Cercetătorii au putut, de asemenea, să identifice compoziția chimică a nanoparticulelor plasându-le pe o suprafață și observându-le cu ajutorul unei tehnici cunoscute sub numele de scanare prin microscopie electronică.

Studiul a folosit echipamente extrem de sensibile pentru a număra particule minuscule cu o dimensiune mai mică de 10 microni – doar o zecime din lățimea unui fir de păr uman, folosind spectroscopia în infraroșu Fourier, o tehnică care captează spectrul de lumină infraroșie al unui gaz, solid sau lichid. Toate aceste tehnici utilizate au oferit o imagine mai completă a dimensiunii și compoziției nanoparticulelor.

În urma analizelor și observațiilor lor, cercetătorii au constatat că dimensiunea medie a nanoparticulelor era cuprinsă între 30 și 80 de nanometri, puține dintre ele depășind 200 de nanometri. „Aceste nanoparticule sunt minuscule și tocmai de aceea reprezintă o mare problemă, deoarece ar putea intra în interiorul unei celule, putând să-i perturbe funcția, cu consecințe grave pentru sănătatea umană", avertizează Zangmeister.

Primul reactor nuclear pe Lună

NASA a anunțat că intenționează să amplaseze un reactor nuclear pe Lună până în 2030, ca parte a unei viziuni de a transforma satelitul natural al Terrei într-o stație energetică orbitală.

Agenția spațială americană a ales trei propuneri de concepte de proiectare pentru un sistem de energie prin fisiune care ar putea fi gata de lansare până la sfârșitul deceniului. Acesta ar urma să fie testat de astronauții care se vor întoarce pe suprafața lunară în cadrul noului program Artemis, prin care prima femeie și al treisprezecelea om vor ajunge pe Lună până în 2025. Planul este ca sistemul de energie de fisiune din clasa 40 de kilowați să reziste cel puțin zece ani în mediul selenar, în speranța că într-o zi ar putea susține o prezență umană permanentă pe Lună, precum și misiuni cu echipaj uman pe Marte și dincolo de aceasta. În cazul în care NASA va construi o bază pe suprafața lunară, una dintre problemele majore de rezolvat va fi modul în care va fi alimentată cu energie o colonie umană de aici.

Panourile solare sunt excelente pentru alimentarea roverelor, dar o bază umană ar avea nevoie de o sursă de energie continuă și fiabilă. Experții NASA vor să apeleze la fisiunea nucleară, deoarece tehnologia a fost folosită pe scară largă pe Pământ.

Relativ mici și ușoare în comparație cu alte sisteme de alimentare, sistemele de fisiune sunt fiabile și ar putea permite o alimentare continuă indiferent de locație, de lumina solară disponibilă și de alte condiții naturale de mediu. În cazul în care instalarea unui astfel de sistem pe Lună ar avea succes, ea va deschide calea pentru alimentarea cu combustibil a călătoriilor de durată mai lungă în spațiu.

Cele trei contracte de proiectare, care vor fi atribuite prin intermediul Laboratorului Național Idaho al Departamentului de Energie al SUA, sunt evaluate fiecare la aproximativ 5 milioane de dolari. Acestea au fost atribuite companiilor Lockheed Martin, Westinghouse din Cranberry Township, Pennsylvania și IX din Houston, Texas, o societate mixtă a Intuitive Machines și X-Energy, care se va asocia cu Maxar și Boeing.

Se speră că dezvoltarea acestor tehnologii de energie de suprafață prin fisiune va ajuta, de asemenea, NASA să avanseze sistemele de propulsie nucleară care se bazează pe reactoare pentru a genera energie. Acestea ar putea fi folosite pentru misiuni de explorare a spațiului cosmic mai îndepărtat.

Adaptabilitatea ursilor polari

Deși ursii polari sunt adesea folosiți ca simbol al efectelor schimbărilor climatice, un nou studiu a pus la îndoială faptul că temperaturile în creștere vor duce cu adevărat la extincția acestor animale.

Cercetătorii de la Universitatea din Washington au descoperit o nouă populație de ursi polari care prosperă în marea fără gheață din sud-estul Groenlandei. Populația este distinctă din punct de vedere genetic și adaptată în mod unic la mediul fără gheață – și ar putea ajuta la clarificarea viitorului speciei în contextul creșterii temperaturilor globale.

„Ursii polari sunt amenințați de pierderea gheții marine din cauza schimbărilor climatice", a declarat dr. Kristin Laidre, care a condus studiul. „Am vrut să studiem această regiune pentru că nu știam prea multe despre ursii polari din sud-estul Groenlandei, dar nu ne-am așteptat niciodată să găsim o nouă subpopulație care trăiește acolo", a declarat dr. Laidre.

În cadrul studiului, echipa a combinat 36 de ani de date privind mișcările, datele genetice și demografice pentru a evalua populația de ursi. Rezultatele au arătat că acest grup este alcătuit din câteva sute de ursi și este diferit, din punct de vedere genetic, de oricare dintre cele 19 populații de ursi polari cunoscute anterior. „Este cea mai izolată genetic populație de ursi polari de pe planetă", a declarat profesorul Beth Shapiro, co-autor al studiului. „Știm că această populație trăiește separat de alte populații de ursi polari de cel puțin câteva sute de ani și că dimensiunea populației lor în tot acest timp a rămas redusă."

Măsurătorile corporale sugerează că femelele adulte sunt mai mici decât în alte regiuni și au mai puțini pui, ceea ce poate reflecta provocarea de a găsi parteneri în mediul complex.

„Într-un anumit sens, acești ursi oferă o privire asupra modului în care ursii din Groenlanda ar putea evolua în scenariile climatice viitoare", a declarat dr. Laidre. Descoperirile ridică speranța că ursii polari s-ar putea adapta pentru a supraviețui pe fondul creșterii temperaturilor globale.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Cine se trezeşte mai târziu...
PIERDE RĂZBOIUL!

6 iunie 1944 va fi pentru totdeauna una dintre cele mai importante date din istoria modernă: ziua invaziei Aliate în Normandia. Până la sfârşitul acestei zile, trupele americane, britanice şi canadiene străpunseseră deja apărarea germană a Zidului Atlanticului şi dobândiseră un solid cap de pod în Europa de Vest.

Având în vedere natura crucială a acestei zile, se pune întrebarea: cum a reacţionat Hitler la acest atac? A vociferat, a făcut scandal? A acţionat cu un calm concentrat pentru a încerca să-i respingă pe invadatori? Iniţial, nu a făcut niciunul dintre aceste lucruri, din simplul motiv că Hitler dormea buştean când Aliaţii debarcau...

În primele zile ale lunii iunie, Führerul se afla la Berghof, reşedinţa sa din Alpii bavarezi. În seara zilei de 5 iunie, Hitler şi anturajul său au vizionat cele mai recente ştiri, apoi au vorbit despre filme şi teatru. Au rămas treji până la ora 2 dimineaţa, schimbând amintiri.

A fost aproape „ca în vremurile bune de altădată", după cum va nota Joseph Goebbels, ministrul Propagandei, în jurnalul său. Potrivit istoricului britanic Ian Kershaw, serviciile secrete militare germane sesizaseră deja indicii privind apropierea unei forţe aliate şi, probabil, a unor trupe de debarcare, în regiunea Normandiei. Dar Hitler nu a fost informat. Führerul s-a retras în jurul orei 3 dimineaţa.

La scurt timp după aceea, cartierul general german a confirmat că fusese lansat un atac de amploare: sute de nave şi avioane Aliate erau masate în largul plajelor franceze, iar soldaţii începeau să debarce. Dar reacţia germană a fost lentă şi confuză. În acest timp, Hitler a continuat să sforăie. El insistase anterior că orice atac iniţial va fi o momeală menită să deturneze forţele spre un loc greşit. Având în vedere acest lucru, nimeni nu a îndrăznit să-i spună dictatorului ce se întâmpla până când nu a fost el însuşi sigur.

Hitler încă dormea la ora 10 dimineaţa când ministrul Înarmării, Albert Speer, a sosit la Berghof. Hitler a fost trezit în jurul prânzului şi i s-a comunicat vestea. El nu a fost furios, ci mai degrabă uşurat. Anterior, el afirmase că Normandia ar fi un posibil loc de debarcare, pentru început. Simţea însă că vremea proastă din zonă va favoriza apărarea şi considera că trupele Aliate erau mult inferioare unităţilor germane.

Dar istoria va dovedi că somnul cel lung al lui Hitler a fost, de fapt, o eroare imensă. Sau mai degrabă somnul său, plus inflexibilitatea sistemului de comandă german, au slăbit semnificativ răspunsul german la forţele aliate care se apropiau.

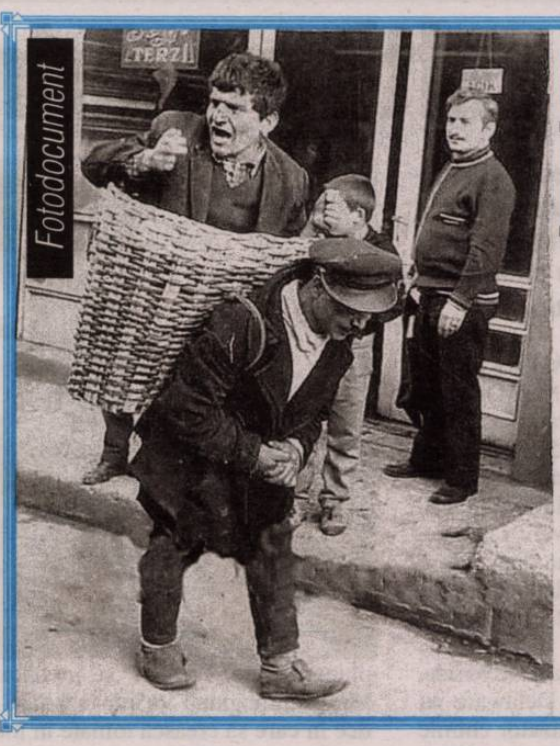
Mai devreme, în dimineaţa zilei de 6 iunie, cel mai înalt comandant german din vest, feldmareşalul Gerd von Rundstedt, ceruse eliberarea imediată a două divizii de blindate aflate lângă Paris, pentru a fi folosite împotriva capului de pod Aliat din Normandia, aflat la nici 200 km distanţă.

Dar diviziile se aflau sub comanda Înaltului Comandament al Wehrmachtului (OKW), cartierul general militar din Germania. Acesta a fost reticent în a le disloca în Normandia: dacă „invazia" era o capcană, cum Führerul avertizase?

Abia la o discuţie cu militarii, desfăşurată după prânz, Hitler a acceptat cererea lui von Rundstedt. Dar, în acel moment, era prea târziu. Dacă s-ar fi deplasat dimineaţa devreme, la adăpostul întunericului, blindatele germane ar fi putut ajunge la timp pe front.

Acum trebuiau să aştepte să se lumineze de ziuă, pentru a nu fi distruse de avioanele aliate, care deţineau deja supremaţia aeriană în vestul Franţei. Unităţile aliate începuseră deja să se deplaseze spre interiorul ţării şi să se lege între ele în încercarea de a crea un cap de pod fără cusur.

Un contraatac german a eşuat lamentabil, dar ne putem întreba: ar mai fi reuşit debarcarea în Normandia dacă Hitler s-ar fi trezit de dimineaţă?



Coşul beţivilor

Acest instantaneu hazliu surprinde o realitate a anilor 1960, în Turcia: pentru a evita scandalurile şi implicit amenzile din partea autorităţilor, barurile din Istanbul angajau pentru a-i căra acasă sau la hotel într-un fel de „coş" pe clienţii care uitaseră numărul paharelor băute...

Margaretha von Waldeck,
adevărata „Albă ca Zăpada"?

Poate că Fraţii Grimm au fost nişte maeştri ai poveştilor, dar, la fel ca la mulţi dintre scriitorii de beletristică din zilele noastre, există dovezi că ei şi-au inspirat din fapte reale multe dintre numeroasele basme nemuritoare. De pildă, povestea lor despre Albă ca Zăpada şi cei şapte pitici pare să se fi bazat pe o frumuseţe regală reală.

Este vorba despre Margaretha von Waldeck, o contesă germană care s-a născut în 1533 ca a doua fiică a lui Filip al IV-lea, conte de Waldeck-Wildungen, şi a primei soţii a acestuia. Margaretha era de o frumuseţe excepţională, cu – aţi ghicit – pielea albă şi buzele rubinii, dar cu părul blond şi nu negru, aşa cum este descris în versiunile ulterioare ale poveştii. Când avea doar patru ani, mama ei a murit, iar la scurt timp după aceea, Philip s-a căsătorit cu frumoasa, dar vanitoasa şi superficiala Katharina von Harzfeld.

Potrivit cronicarilor vremii, Katharinei îi plăcea atât de mult să îşi admire propria imagine, încât Philip i-a dăruit, drept cadou de nuntă, o oglindă veneţiană, mare şi ornamentată, care l-a costat o avere. În mod dezamăgitor, nu există nicio dovadă că oglinda ar fi şi vorbit...

Katharinei nu-i plăcea de copiii pe care noul ei soţ îi avea cu fosta lui soţie, iar pe frumoasa Margaretha, aproape divinizată de familia ei şi de supuşii tatălui său, o ura de-a dreptul. Când fata a împlinit 16 ani, tatăl şi mama ei vitregă au trimis-o să-şi găsească un soţ potrivit la curtea regală din Bruxelles, unde s-a dovedit la fel de populară ca şi acasă. Ea şi viitorul rege Filip al II-lea al Spaniei s-au îndrăgostit reciproc, dar relaţia lor s-a aflat din start sub semnul nenorocului, deoarece autorităţile spaniole sperau la o partidă mai avantajoasă din punct de vedere politic pentru tânărul prinţ. Katharina, de asemenea, simţea că există riscul ca Margareta să o depăşească atât în ceea ce priveşte succesul matrimonial, cât şi în ceea ce priveşte frumuseţea.

Din fericire pentru toţi invidioşii, contesa în vârstă de 21 de ani s-a îmbolnăvit şi a murit în curând, în 1554, din cauza unei boli misterioase. S-a speculat pe scară largă că ar fi fost otrăvită, fie de nobilii de la curtea spaniolă, fie de mama ei vitregă. Din punct de vedere istoric, pare mult mai credibilă, dar „mama vitregă rea" a constituit o variantă mult mai gustată!

Deşi povestea Margaretei von Waldeck nu face nicio menţiune la vreun măr otrăvit, un bărbat din oraşul ei natal german a fost arestat şi judecat la scurtă vreme după aceste întâmplări, pentru că ar fi oferit mere injectate cu otravă copiilor din vecini, ca răzbunare pentru că aceştia furau mereu din livada sa.

În plus, regiunea din Germania era bogată în depozite de cupru. Copiii care lucrau în minele cu galerii strâmte deseori nu ajungeau niciodată la înălţimea normală, iar coloana lor vertebrală devenea permanent curbată, ceea ce îi determina pe oraşeni să se refere la ei ca la „pitici". Iar de la toate aceste amănunte şi până la fermecătorul basm nu a mai fost, pentru imaginaţia Fraţilor Grimm, decât un simplu pas...

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

14 iulie 1602

S-a născut cardinalul Mazarin, prim-ministru al Franţei

Jules Mazarin s-a născut ca Giulio Mazarin la 14 iulie 1602, la Pescina, un sat din Abruzzi, Italia. Şi-a început cariera ca soldat şi diplomat în slujba Papei. În această calitate l-a întâlnit pe cardinalul Richelieu în 1629 şi a intrat în slujba acestuia, câştigându-i în curând încrederea.

În calitate de nunţiu papal a plecat în Franţa, în 1636, iar trei ani mai târziu va dobândi cetăţenia acestei ţări. În 1641, Richelieu l-a convins pe papă să-l facă pe Mazarin cardinal, deşi acesta nu era nici măcar preot.

Înainte de a muri în decembrie 1642, Richelieu l-a recomandat pe Mazarin lui Ludovic al XIII-lea ca succesor al său, iar regele a acceptat. Ludovic al XIII-lea a murit în

mai 1643, iar văduva sa, Ana de Austria, a devenit regenta micului Ludovic al XIV-lea, care avea doar cinci ani. Spre uimirea totală a tuturor, Ana l-a confirmat pe Mazarin ca prim-ministru, iar în curând a devenit clar că era îndrăgostită de el. Este posibil, deşi nu există nicio dovadă, ca mai târziu să se fi căsătorit în secret. Au rămas prieteni intimi şi aliaţi până la sfârşitul vieţii lui Mazarin. După victoria împotriva nobilimii rebele – aşa-numita „Frondă", Mazarin a ajuns stăpânul de necontestat al Franţei. Triumful său final a venit odată cu Pacea din Pirinei din noiembrie 1659.

Franţa a învins în cele din urmă Spania şi a fost răsplătită cu achiziţii teritoriale şi cu fatala căsătorie a lui Ludovic al XIV-lea cu o prinţesă spaniolă. Când Mazarin a murit, la 9 martie 1661, îşi îndeplinise sarcina aşa cum o vedea el. De asemenea, acumulase o avere colosală pentru el însuşi. În unele privinţe, Mazarin a fost un succesor demn de Richelieu, reuşind să atingă scopul declarat al acestuia, de a face ca „regele să fie primul în Franţa, iar Franţa să fie prima în Europa".

Dar, spre deosebire de Richelieu, el nu s-a interesat de dezvoltarea economică sau culturală a Franţei. Odată ce Fronda s-a încheiat, ţara pur şi simplu a stagnat. Redresarea care a venit în anii 1660 a fost opera lui Jean Baptiste Colbert, pe care Mazarin l-a ales şi l-a recomandat regelui.

E bine de ştiut

Micronutrienţii, adică vitaminele şi mineralele necesare „funcţionării" organismului îşi pun amprenta asupra sănătăţii. Pentru că, deficitul oricărui element poate provoca afecţiuni severe.

Iată câteva dintre cele mai frecvente carenţe asupra cărora e bine să vă îndreptaţi atenţia şi, evident, să le trataţi.

Deficitul de ***fier*** este frecvent întâlnit mai ales la femei. Carenţa acestui mineral poate provoca anemie, oboseală sau un sistem imunitar slăbit. E bine de ştiut că cele mai bune surse alimentare de fier sunt carnea roşie, organele, crustaceele, dar şi fasolea, seminţele de dovleac şi de susan, broccoli şi spanacul.

Iodul este esenţial pentru funcţionarea normală a tiroidei şi pentru producerea hormonilor tiroidieni. Deficienţa sa afectează aproape o treime din populaţia globului. Carenţa severă de iod poate provoca retard mintal şi anomalii de

Carenţe periculoase

dezvoltare la copii. Principalele surse de iod (în afară de sare iodată) sunt peştele, lactatele şi ouăle.

Vitamina B12 este esenţială pentru formarea sângelui şi pentru funcţionarea creierului şi a nervilor. Deficitul de vitamina B12 este foarte frecvent întâlnit, în special la persoanele în vârstă şi la vegetarieni.

Principalele surse alimentare de vitamina B12 sunt scoicile, stridiile, ficatul, carnea, ouăle şi lactatele.

Calciul este elementul care susţine funcţionarea inimii, muşchilor şi nervilor. Concentraţia de calciu din sânge este fin reglată, iar orice exces este stocat în oase. Dacă aportul este insuficient, oasele vor elibera calciu.

E bine de ştiut că sursele alimentare de calciu sunt peştele, lactatele şi legumele de culoare verde închis.

Magneziul este un mineral esenţial, implicat în peste 300 de reacţii enzimatice. Principalele simptome ale carenţei de magneziu presupun ritm cardiac anormal, crampe musculare, sindromul picioarelor neliniştite, migrene şi oboseală. O dietă bogată în cereale integrale, produse oleaginoase, ciocolată neagră sau legume cu frunze verzi poate asigura necesarul de magneziu al organismului.

O dietă echilibrată vă poate asigura micronutrienţii necesari organismului, ferindu-vă de carenţe periculoase.

Dr. ANDY ANDREI

Pentru dumneavoastră, doamnă

Mişcarea, antidepresiv natural

Mişcarea vă ajută să vă creşteţi nivelul de energie, dar este şi un antidepresiv natural. Şi ce e mai bun dacă nu un strop de bună dispoziţie, se întreabă dr. nutriţionist Laura Ene.

Mai mult, mişcarea vă ajută să aveţi un corp tonifiat. Cum ar fi ca vara asta să puteţi îmbrăca orice fără să vă mai gândiţi cum să mascaţi colăceii din jurul taliei şi aripioarele de la şolduri?

Sunt doar câteva motive pentru care vă recomand cu căldură să începeţi chiar de azi să faceţi mişcare. Nu trebuie să alergaţi la maraton, puteţi începe doar cu mersul pe jos sau urcatul şi coborâtul scărilor.

Şi ca planul să meargă strună, astăzi vreau să vă arăt ce să mâncaţi înainte şi după ce faceţi mişcare.

Ce mâncaţi înainte de mişcare

Cea mai bună variantă ca să vă menţineţi energia pe toată durata antrenamentului este un mix de carbohidraţi simpli şi complecşi. Carbohidraţii complecşi, cum ar fi cerealele sau leguminoasele, vă vor oferi rezistenţă. Cei simpli, din surse sănătoase precum fructele, vă dau o energie imediată, necesară mobilizării şi motivaţiei.

Cu cât timp înainte este indicat să mâncaţi? Cu 30-45 de minute înainte dacă luaţi o gustare uşoară şi cu 2-3 ore dacă luaţi o masă principală.

Ce mâncaţi după mişcare

După mişcare, este indicat un mix de proteine cu legume sărace în carbohidraţi. Ideale în acest sens sunt carnea şi lactatele slabe, legumele bogate în fibre, peştele bogat în Omega 3, nucile şi seminţele.

Studiile arată că perioada optimă pentru a vă recupera după efort este între 15 şi 60 de minute – perioadă în care organismul asimilează rapid glucoza pierdută.

Este crucial însă să evitaţi mesele copioase, pline de grăsimi nesănătoase, sau

dulciurile rafinate atât înainte, cât mai ales după ce faceţi mişcare!

Aceste alimente vă obosesc corpul, mai degrabă decât să-i dea energie, deoarece îl inundă cu calorii de proastă calitate, lipsite de nutrienţi şi care mai mult fură din corp, pentru procesare şi metabolizare, vitamine şi minerale importante pentru recuperarea corectă după mişcare.

Nu uitaţi să vă hidrataţi

Un aspect foarte important este hidratarea. Nu uitaţi să beţi apă pentru că altfel vă sabotaţi singur! S-a demonstrat că deshidratarea la care vă predispun antrenamentele încetineşte metabolismul şi vă face să mâncaţi ulterior mai mult decât este nevoie. Puteţi apela la soluţii de rehidratare specifice pe care să le dizolvaţi în apa băută în timpul antrenamentului, ca să nu pierdeţi, prin transpiraţie excesivă, minerale esenţiale pentru a susţine efortul muscular şi recuperarea după antrenament.

În cazul în care efortul este intens, adăugaţi în apa de băut minerale esenţiale pentru a susţine efortul muscular şi recuperarea după antrenament.

Alegeţi calciu şi magneziu. Puteţi lua fie tablete efervescente, fie pliculeţe. Dacă nu sunteţi într-o stare foarte bună, adăugaţi şi o multivitamină efervescentă. Beţi cel puţin 750 ml de apă îmbunătăţită în acest fel înainte şi după efort.

Proteine pentru masă musculară

Multe persoane ţin diete hiperproteice pentru a construi masă musculară. Nu faceţi acest lucru decât cu avizul unui expert în nutriţie! Asta deoarece aveţi nevoie de proteine şi de carbohidraţi în proporţii optime, atât pentru arderea grăsimilor, cât şi pentru creşterea masei musculare.

Principala sursă de energie a muşchilor sunt carbohidraţii. Aşa cum au demonstrat nutriţioniştii şi experţii în bodybuilding, dietele hiperproteice bazate pe consumul exclusiv de carne, ţinute pe termen lung, vă pot afecta serios metabolismul sau echilibrul hormonal.

O dietă eficientă, potrivită nevoilor dumneavoastră şi însoţită de mişcarea adecvată, vă va ajuta să slăbiţi armonios şi veţi deborda de energie şi sănătate.

Gastronomice

Budincă de macaroane

250 g macaroane, 150 g şuncă, 200 g parmezan, 4 ouă, 100 g unt, 2 linguri făină, 1 pahar smântână.

Macaroanele se fierb în apă sărată. Când sunt gata, se amestecă bine cu puţin unt, şunca tăiată mărunt şi parmezan ras. Se adaugă 4 gălbenuşuri şi se amestecă uşor, apoi se pun cele 4 albuşuri bătute spumă. Se prepară un sos alb din 50 g unt, 2 linguri cu făină şi un pahar cu smântână, care se amestecă bine cu compoziţia şi se coace într-o formă unsă cu unt. Deasupra se presară parmezan.

Şalău cu ciuperci

1 kg şalău, 3 cepe, 500 g ciuperci, mărar verde, pătrunjel verde, 1 pahar vin, sare, piper, ulei, o lămâie.

Se curăţă peştele şi se taie bucăţi apoi se condimentează cu sare şi piper. Ciupercile se spală, se taie felii şi se fierb înăbuşit cu ulei, sare, piper, până scade apa ce o lasă. Într-o tavă punem ciupercile după ce le-am amestecat cu pătrunjel şi mărar tocat mărunt, aşezăm deasupra bucăţile de peşte şi turnăm un pahar cu vin. Tava se dă la cuptor să fiarbă până ce peştele este moale. Se lasă să se rumenească puţin şi se serveşte cu felii de lămâie.

Biscuiţi

4 gălbenuşuri, 4 linguri zahăr pudră, 5 linguri ulei, un vârf de cuţit praf de copt, coaja rasă de la o lămâie, făină cât cuprinde (circa 300 g), puţin zahăr tos.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul pudră, coaja de lămâie rasă şi se încorporează, puţin câte puţin, uleiul. Se cerne făina, se adaugă praful de copt şi se amestecă bine cu compoziţia preparată. Se frământă şi se dă la rece pentru 30 de minute. Se ia cu linguriţa câte o bucăţică de aluat, se rotunjeşte între palme, se înmoaie în zahăr tos şi se aşază pe o tavă unsă, cu partea înmuiată în zahăr deasupra. Biscuiţii se aşază la o distanţă de aproximativ 1 centimetru depărtare unul de celălalt. Se coc la foc potrivit.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii

Tinereţea surâsului

Cu trecerea anilor, frumuseţea gurii vă trădează. Chiar dacă aţi avut sau nu gură la fel de frumoasă ca Monica Bellucci, de exemplu, de-a lungul timpului buzele se subţiază. Rujul pe buze foarte subţiri creează o mină hilară. Ce-i de făcut?

Medicii esteticieni apreciază că într-o primă fază se analizează susţinerea mandibulei şi a danturii, apoi tratamentul vizează atenuarea micilor riduri ale buzei superioare şi redesenarea conturului cu un produs care se resoarbe, de tipul acidului hialuronic. Efectul poate dura de la 9 la 12 luni.

În viziunea cosmetologilor de la Lancôme, în această situaţie cuvintele cheie sunt hidratare, netezire şi luciu. Cu trecerea anilor ţesuturile de susţinere ale conturului buzelor se relaxează. Acest aspect dă figurii o expresie de tristeţe şi amărăciune. Pentru a conserva tinereţea surâsului cel mai mult timp posibil, trebuie tratate zonele respective.

Buzele trebuie protejate, hidratate şi hrănite. La fel, conturul gurii şi micile riduri verticale care modifică zona. Se pot obţine bune rezultate dacă aplicaţi tratamentul cu regularitate. Şi echilibrul formulei folosite este important. Sunt preferate uleiurile mate, care conferă confort, fără strălucire.

Un gest de bază pe care îl puteţi face indiferent de vârstă: aplicaţi seara un balsam hrănitor bogat în miere, ulei de argan şi vitamina E. Este strălucitor, dar noaptea ce importanţă are?

Fenomene aerospaţiale neidentificate

O piedică din Pentagon înlăturată

Analistul Tim Mcmilan a publicat în 14 Aprilie 2022, în The Debrief, un vast articol, despre faptul că Garry Reid, fost responsabil cu toate operaţiunile de contrainformaţii, securitate şi aplicarea legii din cadrul Departamentului Apărării din SUA (DoD), în calitate de director al Pentagonului pentru Informaţii de Apărare şi director executiv în Biroul Subsecretarului Apărării pentru Informaţii şi Securitate OUSD(I&S), a fost recent demis din responsabilităţile sale în cadrul guvernului SUA. Citãm din acest articol doar câteva idei, în principal privind OZN/UAP.

Pentru decizia demiterii, Inspectorul General al Pentagonului (IG), a avut în vedere patru plângeri separate privind relaţii sexuale cu angajate din subordine, hărţuire sexuală şi crearea unui „mediu de lucru negativ", ca şi modul dezastruos în care Reid a condus biroul însărcinat cu evacuarea refugiaţilor afgani în timpul retragerii Americii din Afganistan. În motivaţia demiterii scria că acţiunile lui Reid au provocat „o percepţie larg răspândită a unor relaţii inadecvate şi favoritism", dar nu a găsit dovezi ale unei „afaceri sexuale". Dar şi mulţi angajaţi actuali şi foşti ai Pentagonului au declarat pentru *The Debrief* că Reid a fost implicat în comportamente necorespunzătoare şi corupţie de ani de zile.

Se pare că un motiv important, dacă nu chiar cel mai important al demiterii a constat din acţiunile lui Reid contra lui Luis Elizondo, care a plecat din Pentagon, în octombrie 2017, când era directorul personalului de management special al programelor naţionale la OUSD(I&S) şi fusese şef al programului OZN/UAP al Pentagonului. Demisia sa bruscă a fost un protest, după ce a devenit clar că unii din conducerea Pentagonului îi împiedicau pe înalţii oficiali ai apărării să fie informaţi cu privire la incidentele UAP.

Program secret

În decembrie 2017, Elizondo dezvăluise, în *The New York Times*, existenţa proiectului OZN al Pentagonului, lansând şi trei videoclipuri OZN capturate în 2004 şi 2015 de camerele avioanelor de luptă F/A-18. Atunci, Pentagonul a recunoscut, cu reţinere, că obiectele văzute în videoclipuri sunt OZN/UAP.

Programul secret guvernamental de monitorizare a OZN-urilor ţinea de departamentul condus de Reid. Iar acesta, după 2017, l-ar fi vizat pe Elizondo cu o „vendetă personală", lansând anchete penale fără temei şi încercând să obţină revocarea autorizaţiei de securitate a lui Elizondo.

Elizondo a spus că presupusa animozitate a lui Reid a apărut din faptul că el era unul dintre puţinii oficiali înalţi din OUSD care nu au fost informaţi despre programul OZN, numit AATIP. Elizondo a spus că a ales să-l ţină pe Reid afară din circuit deoarece „au existat deja mai multe plângeri oficiale împotriva lui aşa că nu puteam avea încredere în el. Una dintre plângeri a implicat-o pe propria mea subordonată. Eram doar 12 până la 15 dintre noi care făceau chiar parte din program. Era un grup foarte mic de oameni".

Elizondo a spus că, atunci când a demisionat din DoD în octombrie 2017, a scris o scrisoare secretarului Apărării în care a avertizat despre modul în care ameninţările reprezentate de OZN-uri sunt ignorate.

Elizondo susţine că unii oficiali ai Pentagonului s-au angajat într-un efort coordonat de a-l discredita după ce a lansat videoclipurile. Reid, „clar supărat", l-ar fi sunat două zile mai târziu, vrând să ştie ce ar trebui să facă cu scrisoarea de demisie şi cerându-i să vină să-l vadă la Pentagon. Când Elizondo a refuzat invitaţia, Reid l-a ameninţat: „le voi spune oamenilor că eşti nebun şi s-ar putea să-ţi afecteze autorizaţia de securitate". Până în noiembrie 2017, Elizondo a spus că a primit mai multe apeluri telefonice de la foşti colegi de la OUSD(I&S) care l-au avertizat că Reid şi adjuncta lui „vin după el". Elizondo a mai spus că unul dintre atacurile lui Reid a fost acela de a instiga, împotriva lui, o anchetă a *Air Force Office of Special Investigations* (AFOSI), susţinând că videoclipurile care descriu incidente UAP/OZN de tip „tic tac", pe care le-a ajutat să se scurgă către *New York Times*, ar fi fost secrete. Ancheta a fost închisă în 2018, după ce AFOSI a constatat că

videoclipurile au fost „confirmate ca neclasificate". Acest lucru a fost foarte clar încă din vara lui 2017, când Elizondo încerca să obţină videoclipurile. Copii ale raportului final al AFOSI au fost transmise către OUSDI, biroul care a solicitat iniţial investigaţia. Persoana responsabilă de acest birou fusese acelaşi Garry Reid.

O altă şicană a vizat atribuţiile avute. În 2017, purtătorul de cuvânt al Pentagonului, Dana White, a recunoscut că Elizondo a condus programul OZN. Totuşi, în primăvara lui 2019, DoD a făcut o schimbare. Purtătoarea de cuvânt Susan Gough a susţinut, în mod fals, că Elizondo nu a avut nicio implicare în proiectul AATIP, contrazicând declaraţiile anterioare ale DoD. Împotriva lui Elizondo au fost comise şi alte „trucuri murdare", venind de la structuri administrate de Reid .

În urma acestora, în mai 2021, după trei ani de încercări de a-şi curăţa numele şi de a clarifica lucrurile, Elizondo a depus în sfârşit o plângere oficială de 64 de pagini la Biroul Inspectorului General al Departamentului Apărării (IG), în care l-a acuzat pe Reid de tentativele de a-l discredita, prin „activităţi rău intenţionate, dezinformare coordonată, conduită greşită profesională, represalii ale avertizorilor şi ameninţări explicite".

În scrisoarea de intenţie a plângerii sale, Elizondo a spus: „Sunt pe deplin conştient de amploarea acuzaţiilor mele împotriva anumitor persoane din Departament şi sunt în măsură să susţin aceste afirmaţii".

Vorbind cu *The Debrief*, Elizondo a spus că o parte din vendeta lui Reid împotriva sa şi declaraţiile înşelătoare despre implicarea sa în AATIP sunt probabil legate de faptul că nu a fost niciodată informat despre program. „Din moment ce nu puteam avea încredere în el, nu l-am îndoctrinat niciodată în program şi, în schimb, am lucrat cu eşaloane din cadrul Departamentului aflate deasupra lui", a spus Elizondo.

„Eram conştient de comportamentul lui necorespunzător şi nu puteam risca integritatea programului implicându-l. Recent, el o instruia pe purtătoarea de cuvânt a Pentagonului, Susan Gough, cum să răspundă la întrebările mass-media despre mine. Acest lucru ar explica inexactităţile evidente furnizate presei despre mine de doamna Gough", a adăugat el.

Investigaţii blocate?

În ultimii 5 ani, poziţia DoD cu privire la AATIP sau UAP a fost, în cel mai bun caz, indecisă. Potrivit lui Elizondo şi mai multor actuali şi foşti oficiali din apărare cu care a vorbit *The Debrief*, mesajele inconsecvente ale Pentagonului cu privire la implicarea lui Elizondo în AATIP şi aversiunea faţă de interesul său pentru UAP s-au datorat în mare parte unei singure persoane: fostul şef al lui Luis Elizondo la OUSD (I&S): Garry Reid.

Potrivit lui Elizondo, abia anul trecut, când IG a investigat plângerile sale cu privire la presupusa vendetă a lui Reid şi campania de defăimare împotriva lui, poziţia lui Reid s-a confruntat cu întrebări serioase. „Erau multe informaţii detaliate în acea plângere. Sunt sigur că am ajutat IG să ajungă la fundul acestui lucru", a spus Elizondo, adăugând că în plângerea sa, l-a acuzat pe Reid că a jucat un rol central în obstrucţia informaţiilor cu privire la noul interes intrigant al Pentagonului pentru „fenomenele aeriene neidentificate", cunoscute mai frecvent ca OZN-uri. Reid a fost, de asemenea, acuzat că a indus în eroare publicul în mod rău intenţionat cu privire la implicarea lui Elizondo în programul Cvasi-secret OZN al DoD, Programul Avansat de Identificare a Ameninţărilor Aerospaţiale (AATIP).

Elizondo a dezvăluit pentru *DailyMail.com*, că Reid a fost cel care ar fi încercat să blocheze investigaţia OZN şi că demiterea sa ar putea marca un punct de cotitură, trmiţând un semnal puternic altor oficiali ai Pentagonului că vechiul mod de abordare nu va mai fi tolerat.

O sursă apropiată Departamentului Apărării a declarat pentru *DailyMail.com* că doi oficiali înalţi din AFOSI, oficiul Forţelor Aerienea care a răspândit în trecut cele mai multe dezinformări privind fenomenul OZN, şi-au dat demisia recent – deşi nu este clar dacă presupusele lor demisii sunt în legătură cu ancheta lui Elizondo. „S-ar putea să mai fie câţiva din acea cabală care ar putea deveni destul de nervoşi chiar acum. Dar speranţa mea este ca nimeni altcineva să nu fie concediat. Speranţa mea este ca oamenii să-şi înveţe lecţia", a spus Elizondo.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Există lumi paralele?

Tema călătoriei în lumi paralele este una dintre cele mai populare, dar de fapt ce este o „lume paralelă"? Este o lume care diferă de realitatea obiectivă prin cel puţin un eveniment.

Totuşi, dacă lumile sunt practic aceleaşi, pentru că există lumi gemene? Unii adepţi ai teoriei adaugă că „aceasta este o lume care este îndepărtată fizic de realitatea obiectivă în timp şi spaţiu cu cel puţin o unitate de măsurare".

Au trecut peste 90 de ani de la naşterea fizicianului american Hugh Everett III, care în urmă cu 65 de ani a anunţat că are dovezi reale ale existenţei unei lumi paralele. Acesta susţinea că în momentul în care cineva ar face măsurători în Univers, ar constata că va obţine rezultate distincte deoarece există realităţi diferite.

Unii oameni de ştiinţă l-au considerat „sărit", alţii au încercat să-l convingă că s-a înşelat, iar alţii s-au retras în mod diplomatic din dezbaterea subiectului. Sprijinul unora l-a determinat pe tânărul om de ştiinţă să se consulte cu Niels Bohr (fizician danez laureat al Premiului Nobel pentru fizică în 1922) despre descoperirea sa. Dar – surpriză: cu puţin timp înainte de aceasta, el a fost vizitat de doi reprezentanţi ai FBI, care i-au recomandat insistent să contacteze Pentagonul.

Dacă zvonurile despre existenţa unor lumi paralele aveau să se dovedească adevărate, acest lucru putea oferi oportunităţi extraordinare de a limita forţele militare sovietice...

Everett a mers la Niels Bohr, dar foarte curând acesta şi-a pierdut interesul pentru discuţie, apoi a spus că ideile lui Everett sunt insuportabile. Cu toate acestea, în Antichitate oamenii credeau că există o anumită intrare în lumi paralele, dar nu existau dovezi ştiinţifice pentru aceasta, lucru acceptat astăzi de oamenii de ştiinţă englezi, care citează ca dovadă cazul dispariţiilor misterioase din Kent în „Casa Râsului".

În 1998, patru vizitatori tineri nu au mai ieşit. Au fost implicaţi mai mulţi poliţişti în căutarea tinerilor, dar nu a fost găsită nicio urmă. Trei ani mai târziu, istoria s-a repetat. De data aceasta, alţi doi copii au dispărut, apoi încă unul, dar interesant este că toţi copiii se cunoşteau.

În arhivele fiecărei ţări, există o cantitate de informaţii despre dispariţii misterioase, care rămân în afara domeniului ştiinţei. Din fericire, unii oameni de ştiinţă încă fac cercetări asupra evenimentelor misterioase, fiind înclinaţi să creadă că teoria existenţei lumilor paralele este justificată.

Principalul ei argument este afirmaţia că mai multe lumi paralele pot exista în Univers şi cu cele mai multe dintre ele umanitatea poate comunica. Cel mai simplu mod de comunicare ar fi somnul. În timpul somnului, subconştientul unei persoane atrage informaţiile necesare, iar viteza de transmitere a acestora este incomparabil mai mare decât în lumea reală: în câteva ore de somn, o persoană poate „trăi" nu numai luni, ci şi ani din viaţa lui şi într-un minut de somn o persoană poate să vizioneze întregul film.

Dar într-un vis, oamenii pot vedea nu numai acele obiecte care îi înconjoară în viaţa de zi cu zi; uneori, o persoană visează şi imagini de neînţeles, ciudate, vagi, care nu seamănă cu niciunul dintre obiectele din realitate. De unde vin ele?

Un incident absolut straniu a avut loc în 1988, când o maşină a lovit pe străzile din Tokyo un bărbat necunoscut, care părea să fi căzut din cer. Poliţiştii au fost destul de surprinşi de ţinuta acestui bărbat, care era evident veche, dar au rămas şi mai uimiţi când i-au văzut paşaportul: fusese emis în urmă cu 100 de ani.

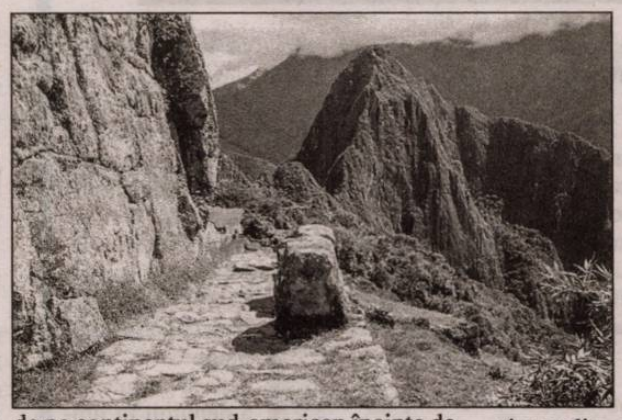
În unul dintre buzunare, au găsit cărţi de vizită cu o indicaţie a profesiei: bărbatul era artist al Teatrului Imperial din Tokyo. Numai că... strada specificată nu mai exista de peste 70 de ani. Poliţia a intervievat toţi locuitorii cu acelaşi nume de familie. O bătrână a spus că tatăl ei a dispărut în circumstanţe misterioase şi a arătat o fotografie în care un bărbat care fusese lovit de o maşină ţinea o fetiţă în braţe. Fotografia arăta şi data: anul 1902.

Cu ajutorul celui mai mare accelerator de particule din lume (LHC) s-ar putea obţine singurele dovezi legate de existenţa lumilor paralele. Oamenii de ştiinţă ar putea descoperi resturi provenite din universuri paralele în timpul coliziunilor produse între protoni, în interiorul acceleratorului.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Qhapaq Ñan – calea incaşilor

Cu şapte secole în urmă, fabulosul imperiu al incaşilor beneficia de un veritabil „tezaur", incomparabil mai valoros decât tot aurul la care invadatorii europeni au visat mereu: o infrastructură de drumuri, cărări şi punţi incredibilă, de zeci de mii de kilometri, pentru a face legătura între regiunile sud-americane, realizată la altitudini de 4.000-6.000 de metri, în parte utilizabilă şi astăzi.



Legături întru veşnicie

Imperiul Inca (Tawantin Suyu, în limba quechua, însemnând „uniunea celor patru regiuni") a cuprins o mare parte din actualele state andine Peru, Chile, Ecuador, Bolivia şi Columbia.

Reţeaua de drumuri Inca a fost comparată cu drumurile romane şi este considerată ca fiind una dintre cele mai solide din epoca precolumbiană sud-americană. Dacă cele mai atractive vestigii ale vechiului imperiu se află pe teritoriul peruan (fascinanta fortăreaţă din inima munţilor Macchu Picchu), o bună parte din ingeniosul şi extrem de practicul sistem de drumuri se întinde în Chile.

Sistemul de drumuri Inca era mai mult decât impresionant, constituind cel mai extins şi mai avansat sistem de transport de pe continentul sud-american înainte de sosirea europenilor. Întins pe aproximativ 40.000 de kilometri şi acoperind 3 milioane de km², se numea Qhapaq Ñan şi permitea circulaţia mărfurilor, soldaţilor şi informaţiilor, fără utilizarea roţilor sau a cailor.

Primii utilizatori au fost soldaţii imperiali, transportatorii şi caravanele de lame, precum şi nobilii. Drumurile aveau o lăţime cuprinsă între 1 şi 4 metri, stiluri şi aspecte diferite unele de altele, iar pentru a călători era nevoie de un permis şi la poduri se plătea o taxă de trecere. Existau aproximativ 2.000 de staţii de poştă (Tambo) amplasate la intervale regulate de-a lungul drumurilor, concepute pentru odihna călătorilor. Traseul Inca din Chile este un termen local şi popular pentru a descrie diferitele ramuri ale reţelei de drumuri Inca de aici şi siturile arheologice Inca asociate.

Stăpânirea incaşilor în actualul Chile nu a durat foarte mult, dominând nordul şi centrul statului de azi, de la mijlocul până la sfârşitul secolului al XV-lea.

Pasul înşelător al timpului

Qhapaq Ñan, sistemul rutier andin – rezultatul unui proiect politic implementat de incaşi care leagă oraşele, centrele de producţie şi de cult între ele în cadrul unui program economic, social şi cultural – este o reţea de drumuri ce traversează unul dintre cele mai dificile terenuri geografice din lume, folosită de-a lungul mai multor secole de caravane, călători, mesageri, armate şi populaţie. Era linia de salvare a Tawantinsuyu, oraşele, satele şi zonele rurale au fost astfel integrate într-o singură reţea de drumuri. Mai multe comunităţi locale, care au rămas „gardieni" tradiţionali şi custozi ai segmentelor Qhapaq Ñan, continuă să protejeze tradiţiile culturale intangibile asociate.

Prin dimensiunea şi calitatea sa, reţeaua rutieră Qhapaq Ñan este o realizare unică a abilităţilor de inginerie pe cele mai variate terenuri geografice, care leagă lanţurile muntoase acoperite cu zăpadă ale Anzilor, pe alocuri la o altitudine chiar de peste 6.600 de metri înălţime, de coastă, străbătând păduri tropicale fierbinţi, văi fertile şi deşerturi ameninţătoare.

Totodată, demonstrează măiestrie în tehnologia inginerească folosită pentru a rezolva nenumăratele probleme puse de peisajul variabil din Anzi, prin intermediul tehnologiilor de construcţie a drumurilor, cu poduri, scări, şanţuri şi căi pietruite.

Toate acestea sunt confirmate de nenumăraţii localnici şi turişti, care folosesc drumurile largi şi potecile lipite pe alocuri de stânca verticală, alteori traversând râurile vijelioase peste vechile punţi de funie, de negustorii ce-şi mână la pas caii încărcaţi cu desagi sau de păstorii care-şi adună turmele blândelor lama.

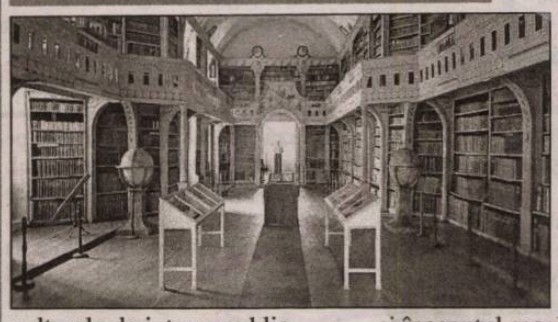
O lume desprinsă din timp, în aparenţă o imagine idilică a unui trecut cu adevărat imperial, care însă a izbutit să se întărească trecând prin momente de mare cumpănă, dincolo de care oamenii locului şi construcţiile lor minunate se înverşunează să se împotrivească timpului.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Biblioteca Batthyaneum din Alba Iulia

Biblioteca Batthyaneum din Alba Iulia a fost înfiinţată în 31 iulie 1798, din iniţiativa episcopului romano-catolic al Transilvaniei Batthyány Ignác (1741-1798). Alături de un observator astronomic şi de mai multe colecţii cu caracter muzeal, biblioteca constituia o parte a fundaţiei culturale de interes public creată de acesta cu denumirea de Institutum Batthyaniani/ Institutul lui Batthyani.



Institutul a fost amenajat în clădirea fostei Biserici trinitariene din Alba Iulia. Edificiul, construit în stil baroc între 1719-1738 a suferit modificări în cursul secolului al XVIII-lea impuse de destinaţiile succesive ale acestuia: biserică cu două turle (1719-1784), depozit apoi spital al armatei (1786-1792), observator astronomic şi bibliotecă (1792-1798). Nucleul de astăzi al Biliotecii Batthyaneum, totodată fondul-tezaur al acesteia, îl constituie colecţia privată a episcopului Batthyány Ignác, formată din 18.000 de unităţi bibliografice, tipărituri şi manuscrise datate începând cu secolul al IX-lea.

Donaţiile au constituit forma principală de îmbogăţire a fondurilor bibliotecii în cursul secolului al XIX-lea Şi în prima jumătate a secolului al XX-lea. Biblioteca a funcţionat neîntrerupt până astăzi, fiind administrată de episcopia romano-catolică din Alba Iulia până în 1953. În 1962, a devenit filială a Bibliotecii Centrale de Stat, actuala Bibliotecă Naţională a României.

Cea mai reprezentativă sală a bibliotecii, Aula Magna, păstrează amenajarea de la sfârşitul secolului al XVIII-lea şi începutul secolului al XIX-lea, în stilul austriac „Zopf", amestec de Neoclasicism şi Rococo.

În 1912, s-au pus aici bazele unui valoros muzeu de arheologie şi de artă sacră, care şi-a îmbogăţit colecţiile în perioada interbelică, perioadă din care datează şi denumirea de Batthyaneum. Valoarea Bibliotecii este dată şi de cele două arhive ale Transilvaniei, a Conventului de la Cluj-Mănăştur şi a Capitlului de la Alba Iulia.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Grăjdeni

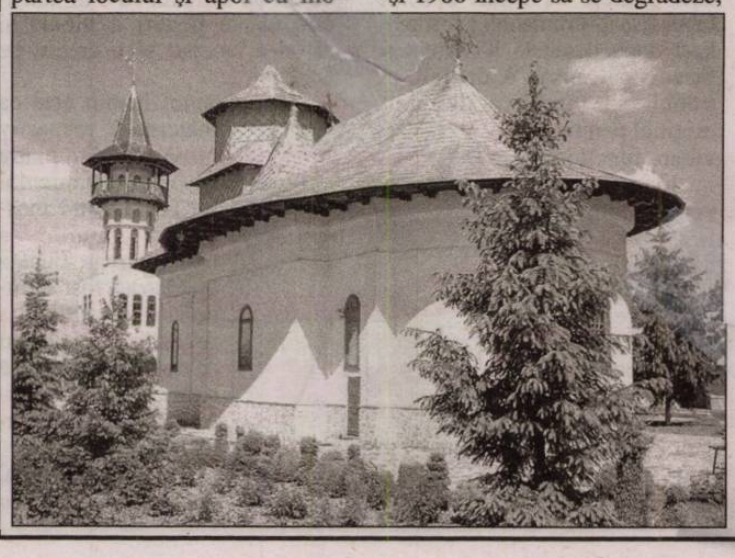
Mănăstirea Grăjdeni, din satul cu acelaşi nume din judeţul Vaslui, are obşte de maici şi hramul „Sfânta Treime". Numele Grăjdeni vine de la grajdurile care existau aici adăpostind caii poştei. Se pare că aici poposea şi Petru Rareş însoţind carele cu peşte spre Galaţi sau Suceava.

Legenda spune că într-o noapte, dormind aici sub un copac pentru că satul nu exista încă, a visat că două dealuri din faţa lui erau din aur iar din gura lui ieşea un roi de albine. Dimineaţa o solie l-a anunţat că a fost ales domn şi ajungând pe tronul Moldovei a hotărât să ridice o biserică pe locul unde avusese visul profetic şi a ridicat un sfânt locaş din lemn.

Mica biserică a devenit în scurt timp schit cu călugări din partea locului şi apoi cu monahi greci. Nu se cunoaşte data exactă a ridicării bisericii dar este sigur că evenimentul s-a petrecut în prima domnie a lui Petru Rareş (1527-1538).

În anul 1711 biserica a fost incendiată de tătari şi distrusă în întregime, salvate fiind un pomelnic al domnitorului în limba slavonă şi o icoană a Maicii Domnului. Pe locul acestei biserici a fost ridicată o alta, renovată în 1853 care însă s-a dărâmat în 1870. Episcopul Anania a ridicat o nouă biserică de zid cu hramul Sfântul Nicolae, care s-a sfinţit în 1872. În 1952 schitul a fost transformat în mănăstire de maici care în 1960 devine foarte puternică. În urma decretului din 1959 maicile sunt alungate dar mănăstirea nu este desfiinţată scriptic.

Biserica, deşi reparată în 1951 şi 1966 începe să se degradeze,



o contribuţie importantă în acest sens având şi cutremurele din 1977 şi 1986.

În 1987 se fac unele reparaţii care din 1990 sunt serios continuate. Se face o şarpantă nouă din lemn, se înlocuieşte învelitoarea de tablă zincată, se tencuieşte interiorul şi exteriorul pregătind locaşul pentru pictură. În anii următori se construiesc clădiri pentru chilii, stăreţia, trapeza, bucătăria, magazii, ateliere şi un paraclis la parterul unei construcţii din 1992.

Ultimele clădiri din 1995 şi 1996 închid un patrulater în centrul căruia se află biserica. Aceasta, ridicată pe o temelie de beton are lungimea de 22 de metri şi lăţimea de 7 metri. Este construită în stil moldovenesc, în formă de cruce şi împărţită în Altar, naos, pronaos şi pridvor închis. Altarul este spaţios şi luminat de trei ferestre spre răsărit, sud şi nord. Catapeteasma din lemn de stejar este sculptată de Virgil Armeanu şi Constantin Arsenie din Grumăzeşti, judeţul Neamţ. Naosul are abside semicirculare puţin pronunţate şi este luminat de câte o fereastră pe fiecare parte ca şi pronaosul. Pridvorul este puţin spaţios, luminat însă şi el de câte o fereastră spre nord şi spre sud iar intrarea se face prin vest, printr-o uşă de lemn sculptat, în două canaturi. Deasupra pridvorului se află o turlă mare de lemn, oarbă, în două etaje, de formă pătrată şi acoperiş piramidal.

Între 1993-1995 biserica a fost pictată în frescă de Alexandru Mezdrea din Bucureşti. În 1996 a fost construită clopotniţa între două corpuri de chilii, la 15 metri în faţa bisericii.

IRINA STOICA

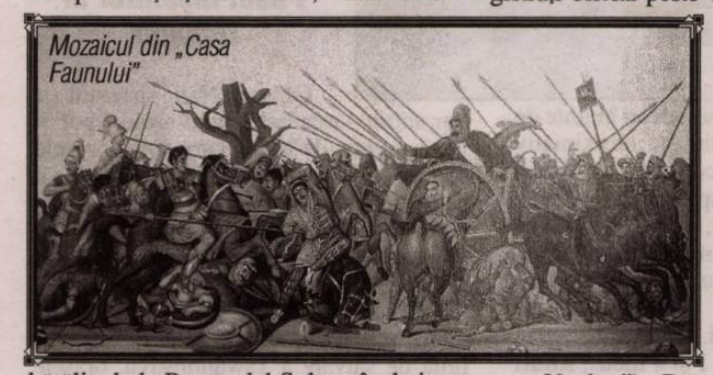
Ororile şi culorile războiului

În cele mai diverse moduri de exprimare, artişti plastici din toate timpurile au creat opere în care au surprins episoade, simboluri, sugestii, efecte psihologice – toate, legate de război.

Putem considera ca o primă operă de artă cu acest subiect, celebrul mozaic ce reproduce, într-o imagine de amploare epică, Bătălia de la Issos (333 î.Chr.) în care oştile tânărului rege macedonean Alexandru cel Mare au zdrobit armata trufaşului său inamic persan Darius al III-lea.

Copie a unei picturi greceşti realizate de Filoxen din Eritreia pentru regele Cassander al Macedoniei (domnie între anii 317-297 î.Hr.), impresionantul mozaic descoperit în „Casa Faunului" din Pompei are dimensiunile de aproximativ 3 x 5 metri, este alcătuit din circa 1,5 milioane de teseri (cuburi mici de piatră, marmură, sticlă, ceramică sau alt material dur), ansamblul cântărind 7 tone şi reproduce o scenă capitală a încleştării violente în care conducătorii celor două oşti apar reprezentaţi foarte sugestiv în ceea ce priveşte însuşirile lor de strategi şi calităţile umane.

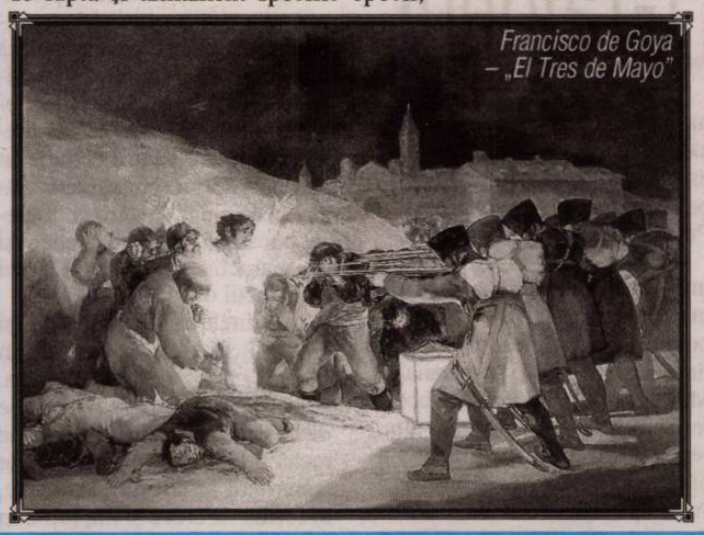
O realizare artistică de excepţie, nu neapărat prin elementele măsurabile, ci prin modul de prezentare a dinamismului violent al unei scene de luptă, incluzând mai mult de 50 de personaje umane (apar aici şi numeroşi cai, care de luptă şi armament specific epocii, adunate în jurul unui ciot de copac – element simbolic foarte important pentru mesajul lucrării anonime).


Mozaicul din „Casa Faunului"

La începutul secolului al XIX-lea, Spania trecea prin momente dramatice, în contextul ocupării de către trupele imperiale ale lui Napoleon Bonaparte. Revolta madrilenilor din 2 mai 1803 a marcat declanşarea războiului pentru independenţa ţării iberice, chiar dacă bătălia de la Puerta del Sol s-a încheiat tragic, soldaţii lui Murat procedând la o execuţie în masă, o zi mai târziu.

Episodul a fost magistral surprins de faimosul pictor Francisco de Goya în capodopera sa „El Tres de Mayo", considerată şi una dintre cele mai înalte realizări ale picturii istorice europene. Aceasta, deoarece fiabilitatea necondiţionată a faptului istoric este întrupată în simbolul universal semnificativ al eroismului şi suferinţei, confruntarea curajoasă cu forţa oarbă şi brutală.

O putere lipsită de individualitate, căci lanţul de soldaţi francezi este anonim – nu le vedem chipurile. În grupul spaniolilor, fiecare imagine este individuală, fiecare poartă cu sine o lume întreagă, tragică şi condamnată, reprezentată dureros de realist chiar de chipurile rebelilor deja ucişi, care zac alături de cei ce-şi deschid larg braţele, ca într-o imprecaţie christică, înaintea sacrificiului suprem, o crucificare colectivă în care clocoteşte o durere nesfârşită.


Francisco de Goya – „El Tres de Mayo"

Ceva mai mult de un veac mai târziu, în contextul uneia dintre cele mai devastatoare conflagraţii din istoria omenirii a avut loc măcelul apocaliptic cunoscut sub un nume scurt: Verdun. Ulterior, în faţa dimensiunilor diluviene ale pierderilor (în total, au fost înregistraţi oficial peste 700.000 de morţi), fiecare parte combatantă – franceză şi germană – a denumit în limba ei bătălia de 300 de zile din anul 1916, dar având exact aceeaşi semnificaţie: Infernul de la Verdun („L'Enfer de Verdun", respectiv „Die Hölle von Verdun"). Doar câteva luni mai târziu, guvernul francez a avut o iniţiativă insolită, dar foarte inspirată: a selectat grupuri de artişti plastici care au mers în locurile încă fierbinţi ale luptelor, pentru a vedea urmările tragice şi a se inspira în vederea realizării unor lucrări donate ulterior statului.

La o astfel de călătorie „orfică" a participat şi pictorul elveţian Félix Vallotton, poate mai puţin cunoscut de publicul român, dar care a lăsat posterităţii un tablou răscolitor, profund impresionant, în care culorile şi liniile picturii alcătuiesc un cadru ce evocă – non-figurativ, însă la un nivel subtil şi acut al conştiinţei – dramatismul extrem al încleştărilor pe viaţă şi pe moarte.

Tabloul, realizat în manieră cubist-simbolist-futurist, practic elimină tocmai elementul de forţă al evenimentului real al războiului, dinamismul împins până dincolo de limitele suportabile ale esenţei lumii, şi sugerează – prin linii drepte şi curbe, precum şi prin culori primare pure, fără nuanţe ori jocuri de lumini şi umbre – liniştea mormântală de după bătălie, încremenirea în durere şi repulsie, în şocul terifiant şi umilinţă, după ce şi ultima puşcă a tăcut.

Nimic din ceea ce vezi aievea nu poate avea corespondent în vorbe rostite, pare să spună Félix Vallotton, care şi-a numit lucrarea chiar cu numele dezastrului – „Verdun".

Grindină gigantică

Ce dimensiuni poate atinge grindina? În ţara noastră se evocă bucăţile de gheaţă de dimensiunea unui ou de porumbel, dar la nivel global acest fenomen meteorologic devastator atinge dimensiuni inimaginabile.

Foarte rar acest fenomen extrem este observabil, doar aproximativ zece asemenea furtuni uriaşe au fost înregistrate de la începutul secolului în Statele Unite şi au fost semnalate câteva cazuri în Australia, China, Africa.

Locurile cele mai frecventate de asemenea episoade sunt foarte puţin populate, astfel că e greu de cunoscut frecvenţa lor şi mai ales dimensiunea grindinei.

● Recordul mondial s-a înregistrat iniţial pe 23 iulie 2010, în micul oraş Vivian din Dakota de Sud unde locuitorii au reuşit să recupereze pietre de gheaţă cu un diametru de 20 centimetri, cântărind aproximativ 878 de grame. Evenimentul extrem a fost urmărit prin satelit când trei celule de furtună s-au unit în acea zi pentru a forma una singură, numită super-celulă.

● Pe 8 februarie 2018, cei 56.000 de locuitori din Villa Carlos Paz din provincia Cordoba, din centrul Argentinei, au văzut cerul prăbuşindu-se peste ei. Pietre uriaşe de grindină au spart străzile, distrugând maşini, zdrobind acoperişuri. Folosind analiza fotogrametrică cadru cu cadru, cercetătorii au ajuns la concluzia că se aflau în prezenţa unui nedorit nou record mondial. O piatră de grindină a fost filmată prinsă în cădere de copertina unui magazin, înainte de a se sparge de asfalt. Acest exemplar a fost evaluat la un diametru de 23 de centimetri, reprezentând astfel cea mai mare „piatră" găsită vreodată.

● Englezoaica Victoria Druetta, a avut un reflex bun. Potrivit unui articol din publicaţia AMS, adolescenta a văzut bucăţi mari de gheaţă căzând în grădina ei. Impresionată, a ieşit cu capul acoperit cu o cască de motocicletă pentru a recupera o piatră de grindină aproape intactă de pe gazonul ei şi a pus-o la congelator.

Săptămâni mai târziu, cercetătorii au putut să contemple obiectul, să-i vadă exteriorul translucid, miezul lăptos şi l-au măsurat şi cântărit. Cubul de gheaţă al Victoriei este un alt record, cu 18 centimetri şi 442 de grame.

Vioara din piatră neagră

A cânta la vioară este o artă de înaltă virtuozitate, însă construirea instrumentului necesită o vocaţie specială şi calităţi artistice deosebite. Ea a fost inventată la începutul secolului al XVI-lea, în Italia, de unde provine şi cel mai mare producător de viori din toate timpurile, Antonio Stradivari, lutier ale cărui instrumente sunt printre cele mai apreciate şi mai scumpe din lume.

Vioara este realizată în mod tradiţional dintr-un lemn ce trebuie ales cu foarte multă pricepere, dar în 1992 artistul suedez Lars Widenfalk a creat o vioară reală, la care se poate cânta, din diabaz (dolerit) – o rocă magmatică de origine bazaltică.

Vioara din piatră a fost numită „Blackbird", evocând mierla comună, o pasăre capabilă să ofere adevărate reprezentaţii interpretative, fără a repeta vreodată gamele de triluri absolut fabuloase. Instrumentul a fost realizat după desenele lui Antonio Stradivari, însă Widenfalk a trebuit să modifice designul original pentru a face vioara funcţională.

Ideea insolită i-a venit în timp ce lucra la un decor din diabaz, în Oslo, Norvegia. În timp ce dădea formă pietrei cu ciocanul şi dalta, a observat că aceasta producea un sunet puternic şi frumos de fiecare dată când era lovită. În 1990, a achiziţionat o bucată mai mică de diabaz, cu cele mai înalte niveluri de calitate, cu o dimensiune ideală pentru o vioară şi astfel a început să o creeze pe Blackbird.

Un amănunt insolit este că materialul respectiv provenea din piatra funerară a bunicului lui Lars. Când mormântul familiei a fost renovat, bucata de piatră a fost abandonată, iar artistul a revendicat-o pentru că dorea să afle dacă poate fi folosită pentru crearea de instrumente muzicale.

Cu toate acestea, piesa recuperată nu era suficient de mare pentru întreaga vioară, aşa că a trebuit să achiziţioneze o altă piatră pentru spatele acesteia. Piesa „nouă" avea de fapt aproximativ 1,9 miliarde de ani şi provenea dintr-o provincie suedeză, dar era ceva mai vârstnică decât bucata de piatră tombală, veche de „numai" 1,6 miliarde de ani. Chiar dacă este făcută din rocă, Blackbird cântăreşte mai puţin de 2 kilograme, cutia de rezonanţă a instrumentului având grosimea de doar 0,23 centimetri.

Pereţii cutiei de rezonanţă au fost realizaţi dintr-o singură bucată. Artistul a tăiat placa de piatră pentru a forma silueta exterioară a instrumentului, a îndepărtat resturile cu un jet de apă, apoi a prelucrat-o cu unelte de mână şi a acoperit interiorul cu aur. Tastatura Blackbird este din abanos; două ştifturi de oţel fixează gâtul viorii, plasate pe partea unde se uneşte cu corpul.

Fildeşul de mamut de Siberia a fost folosit pentru podul instrumentului, culoarea sa galbenă simbolizând ciocul mierlei (în engleză, „blackbird"). Vioara „Blackbird" a fost finalizată în 1992, iar prima interpretare publică a avut loc în acelaşi an, la Expoziţia de la Sevilla, Spania.

Tot în 1992, Papa Ioan Paul al II-lea a binecuvântat vioara de piatră, care de atunci a călătorit în toată lumea, delectând publicul cu sunetele sale în Dubai, Monza, Milano, Praga, Washington etc. Compozitorul suedez Sven-David Sandström a compus o piesă pentru acest instrument special.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

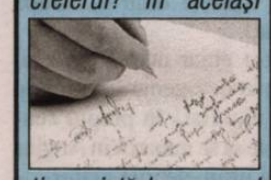
◆ ...prin „cocioc" se înţelege o baltă mică, izolată, fără scurgere? În fapt este un nămol vegetal amestecat cu rădăcini de stuf şi papură şi se găseşte în luncile râurilor.

◆ ...arbustul de liliac a fost adus

în Europa în secolul al XVI-lea? Este originar din Persia.

◆ ...cuprul a fost primul metal nepreţios prelucrat de om? IRAN

◆ ...scrisul de mână stimulează creierul? În acelaşi



timp ajută la procesul de memorare.

◆ ...cuvântul „Balcan" înseamnă munte? Provine din limba turcă.

◆ ...optimismul prelungeşte viaţa? Râsul poate creşte

circulaţia sângelui cu 20 la sută.

◆ ...Tutankamon a devenit faraon la vârsta de 9 ani, pentru a menţine stabilitatea noului regat egiptean, după moartea faraonului Akhenaten?

◆ ...o vioară este construită din

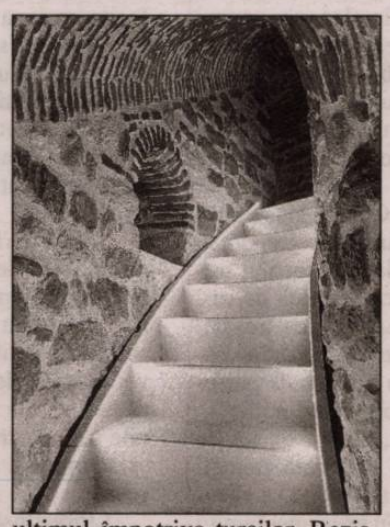
70 de părţi distincte din lemn?

◆ ...Nicolae Grigorescu a realizat pictura interioară a Mănăstirii Agapia? Lucrarea a fost executată de artist la vârsta de 20 de ani.

Ştiaţi că...

Turnul Galata

Istanbul, oraşul de pe două continente, se prezintă cu palate şi ziduri de cetate, minarete şi poduri, fântâni şi grădini înmiresmate, iar printre acestea se profilează solemn Turnul Galata dominând o colină din partea de nord a Cornului de Aur.



Izvoarele istorice menţionează că a fost construit după stabilirea aici a genovezilor, care şi-au extins graniţele după invazia latină. Impunătorul monument a fost construit în anul 1348. Pe locul acestuia fusese Turnul Farului, construit din lemn în secolul al VI-lea în perioada bizantină, distrus ulterior.

Noul turn, ridicat din piatră, denumit la vremea respectivă „Turnul lui Cristos" se afla în centrul zidurilor care înconjurau zona Galata, ziduri cu lungimea de 3 kilometri şi grosimea de 2 metri.

Studiind ruinele zidurilor măcinate de vreme, specialiştii au

stabilit că la intrarea în turn exista un pod cu lanţuri. Tot aici se mai afla un canal cu o lăţime de 0,72 metri şi o adâncime de 1,50 metri.

Turnul, parte din fortificaţiile zonei, era folosit ca punct de observaţie pentru genovezi care întreţineau legături economice cu statele europene şi oferea o privire largă asupra Cornului de Aur şi Mării Marmara unde funcţionau două dintre cele mai importante porturi ale ţării.

În 1453, ultimii apărători ai Bizanţului s-au refugiat în turn şi au luptat până la ultimul împotriva turcilor. Rezistenţa acestora a fost eroică, dar inutilă pentru că sultanul Mehmet al II-lea a cucerit definitiv strălucitorul oraş. Turnul a intrat în administrarea statului otoman şi, un secol mai târziu, a fost folosit pentru controlul incendiilor.

În anul 1832 un incendiu cumplit a devastat Galata, turnul suferind avarii grave, dar a fost restaurat sub domnia sultanului Mahmud al II-lea (1808-1839).

Situat la 425 de metri distanţă de ţărmul Cornului de Aur, turnul are o înălţime de 69,90 metri, diametrul interior de 8,95 metri şi grosimea zidurilor de 3,75 metri. Această grosime scade însă pe măsură ce se înaintează spre partea superioară a clădirii. Deasupra holului de la intrare se ridică nouă etaje, ultimul având de jur împrejur o platformă accesibilă vizitatorilor care pot admira de aici întreaga privelişte a oraşului vechi, a apelor din jur şi a insulelor. Turnul a fost restaurat în 1967 şi intrarea în clădire se face pe latura de nord, pe o scară de marmură construită în timpul sultanului Mahmud al II-lea. Din holul principal se urcă până la etajul al VII-lea cu un lift. De aici până la etajul al IX-lea se urcă pe o scară de lemn care a fost refăcută în câteva rânduri. Înainte de construirea liftului se urca pe o scară de piatră până la etajul al V-lea şi de aici până sus pe o scară de lemn, refăcută şi folosită în prezent între etajele VII şi IX.

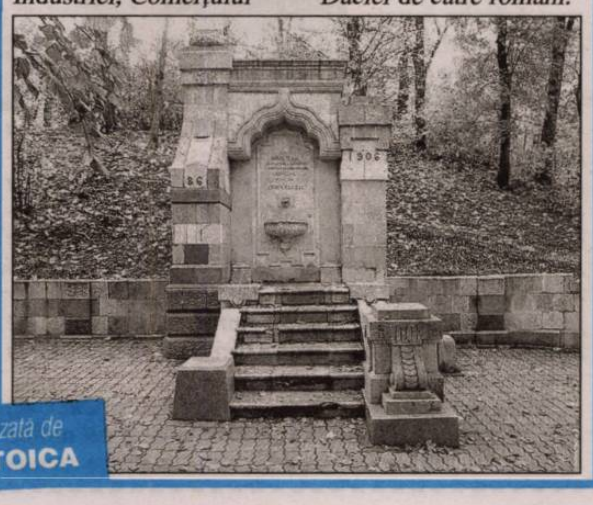
În interiorul turnului funcţionează un restaurant cu mâncăruri specifice locului şi un club de noapte. În holul recepţiei de la etajul al VII-lea este expusă o lucrare reprezentându-l pe Hezarfen Ahmet Çelebi, „omul pasăre" care, potrivit legendei a zburat 6 kilometri din Turnul Galata cu aripi din lemn ataşate braţelor, eveniment neconfirmat ştiinţific.

Fântâna Minelor şi Carierelor

Construită în apropiere de Arenele Romane din Pacul Carol I din Bucureşti şi cunoscută ca „Fântâna 1906" este un monument realizat în stil italian din diverse sortimente de marmură şi granit extrase din mai multe cariere din ţară.

A fost ridicată de Serviciul Minelor şi Carierelor din Ministerul Agriculturii, Industriei, Comerţului şi Domeniilor după planurile arhitecţilor din aceste unităţi, pentru „Expoziţia generală română" din 1906.

Are o înălţime de 4,10 metri şi a fost dedicată împlinirii a 40 de ani de la urcarea pe tron a regelui Carol I, 25 de ani de la proclamarea Regatului României şi 1800 de ani de la cucerirea Daciei de către romani.



Simboluri ale umanităţii

Caloianul

Ceremonial românesc practicat din vremuri străvechi, are drept scop aducerea ploii în vreme de secetă sau în zilele după Paşte. În cadrul ritual al acestuia este folosită o păpuşă din lut cu capul împodobit cu coji de ouă roşii rămase de la Paşti.

Păpuşa este dusă în alai, bocită şi îngropată. Este dezgropată după două sau trei zile şi aruncată într-o fântână părăsită sau într-o

apă curgătoare. Oamenii care au făcut parte din alai organizează un ospăţ numit „pomana caloienilor".

Caloianul devine purtătorul unui mesaj către divinitate prin care ţăranul român dovedeşte o împăcare cu destinul, o supunere faţă de Dumnezeu.

Deşi în zilele noastre obiceiul este foarte rar întâlnit el are rădăcini adânci şi este atestat în diferite stadii de evoluţie în toate zonele etnografice româneşti.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Nunta cu marijuana

O femeie a fost arestată în Florida, după ce „strecurase", fără știrea invitaților săi, marijuana în hrana servită la petrecerea prilejuită chiar de nunta ei, potrivit presei din statul nord-american.

Mâncărurile astfel „condimentate" cu concursul maestrului de ceremonii al evenimentului au făcut ravagii. Bătăi de inimă accelerate într-un ritm nebunesc, paranoia, vertij și alte simptome la fel de grave i-au afectat pe mulți dintre nuntași, astfel că a fost nevoie de intervenția serviciilor medicale de urgență, dar și de cea a reprezentanților poliției. Aceștia din urmă au efectuat arestări, între persoanele reținute aflându-se inclusiv mireasa – Mary Shea Swoboda și șeful restaurantului unde avea loc petrecerea.

Douglas Postma, unchiul femeii, a remarcat că inima îi bătea din ce în ce mai accelerat și că în minte i se năștеau „gânduri nebunești", după ce consumase o salată, paste și pâine, potrivit documentelor judiciare.

Andrew Swoboda, proaspătul căsătorit, care se afla într-o stare mult mai gravă, a trebuit să fie dus la urgențe, unde medicii i-au depistat în sânge o anumită concentrație de THC, principiul psihoactiv al canabisului. O prietenă a miresei, Miranda Cady, a declarat că simțea că inima avea să i se oprească, după consumul unei felii de pâine cu ulei de măsline. Ea a întrebat-o pe Joycelin Bryant, furnizoarea serviciilor de catering, dacă a adăugat canabis în mâncare, iar aceasta a răspuns afirmativ. O femeie a avut crize de paranoia, ajungând să fie convinsă că toată familia ei a murit. Din cauza crizei nervoase medicii au fost nevoiți să-i administreze sedative.

În prezent, atât Mary Shea Swoboda (42 de ani), cât și Joycelin Bryant (31 de ani) sunt cercetate pentru încălcarea unei legi din Florida referitoare la manipularea alimentelor, pentru neglijență și furnizarea de marijuana. Este sfârșitul unei petreceri a cărei strălucire a fost evaluată în mod iresponsabil de tânăra căsătorită, dar probabil și sfârșitul unei căsnicii... înainte să înceapă.

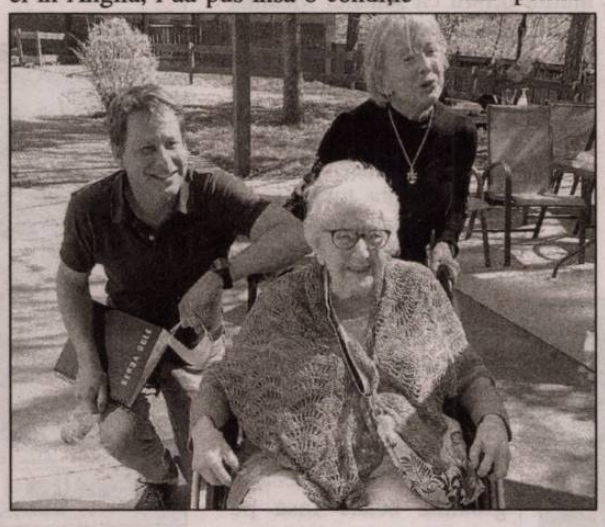
Fiică regăsită după 80 de ani!

Pare greu de înțeles ce anume poate determina despărțirea dintre o fiică și mama sa biologică timp de decenii, iar în cazul de față vorbim despre nu mai puțin de opt decenii în care cele două au fost departe una de cealaltă.

În 1942, Gerda Cole a adus pe lume o fetiță, într-o Anglie angrenată în cel mai mare conflict din secolul trecut. Tânăra austriacă, evreică de origine, avea doar 18 ani și, cu trei ani mai devreme, fusese obligată să-și părăsească țara pentru a scăpa de persecuția naziștilor asupra evreilor.

Aflată în Regat, tânăra lipsită de mijloace financiare, implicată vremelnic într-o căsnicie nefericită, a decis să-și lase bebelușul în grija unei familii germane. Părinții adoptivi, refugiați și ei în Anglia, i-au pus însă o condiție foarte grea: să nu încerce niciodată să reia legătura cu copilul ei. Gerda a traversat Atlanticul și și-a continuat viața în Toronto, Canada, însă nu a mai avut vreodată copii.

Sonya Grist are aproape 80 de ani, iar fiul său Stephen, dorind să obțină cetățenie austriacă, conform prevederilor în domeniu, a căutat să afle informații despre originile sale austriece, astfel că a început să adune mai multe elemente în acest sens.



Lipsea însă certificatul de deces al bunicii sale, care de fapt trăia într-un azil pentru vârstnici din districtul Scarborough, Toronto. Pentru aceasta, l-a contactat pe fiul vitreg al lui Cole prin rețelele de socializare, aflând astfel că femeia căutată încă trăiește.

„Acum un an și ceva, nu știam că mama mea este încă în viață, a spus Sonya. Încă nu cunosc despre ea mare lucru și sunt o mie de întrebări pe care aș vrea să i le pun, dar nu vreau să o obosesc." „Am făcut atâtea greșeli în viață și totuși Sonya a dorit să mă întâlnească. Este ceva incredibil!", a declarat și Gerda, acum în vârsă de 98 de ani.

După opt decenii, acestea s-au întâlnit pe 7 mai, la aniversarea mamei, prilej cu care la azil a fost organizată o festivitate impresionantă. „Când i-am spus mamei mele că (Gerda) este încă în viață, ea a spus doar: Vreau să mă urc într-un avion pentru Canada chiar acum și să o strâng în brațe", a dezvăluit Stephen pentru CBC.

Deși a petrecut opt decenii despărțită de mama ei, Sonya a dezvăluit că ea și Gerda au încă ceva în comun – dragostea lor pentru muzică, ea făcând parte în tinerețe dintr-o... trupă de heavy metal!

„Nu am fost chiar atât de cuminte...", a comentat octogenara, cu umor. Acum, mama ei, aflată în pragul centenarului, dorește să se întoarcă în Anglia, pentru a-și trăi ultimele zile alături de fiica naturală.

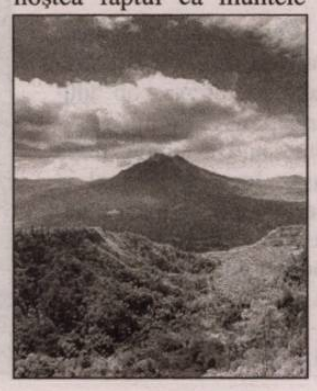
Dans indecent pe muntele sacru

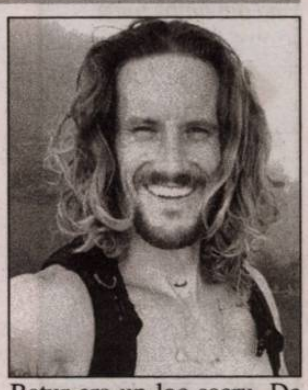
Un „nonconformist", actorul canadian Jeffrey Craigen, aflat într-un sejur de durată în Indonezia, a căzut în capcana mentalității suveraniste, motiv pentru care a fost nevoit ulterior să accepte consecințele nu tocmai agreabile ale acțiunilor sale. Bărbatul a găsit de cuviință să mimeze străvechiul dans ritualic haka, al populației maori, pe înălțimile muntelui Batur din insula Bali, masiv vulcanic considerat sacru de către majoritatea balinezilor.

Poate că nu maimuțăreala a deranjat foarte mult, cât faptul că imitația de dans sacru a fost schițată de canadian cu trupul gol-goluț, în tot acest timp el filmându-se, după care a postat pe Instagram înregistrarea video.

După un val de proteste stârnit de postarea lui în rândul internauților balinezi, care l-au acuzat de lipsă de respect față de credințele localnicilor, Craigen a fost reținut și interogat, după care s-a decis expulzarea lui. Cum însă tânărul nu era vaccinat, conform măsurilor actuale, nicio companie aeriană nu a acceptat să-l preia în unul dintre zborurile sale, rămânând în detenție până la soluționarea problemei.

Interesant este că bărbatul se afla în Indonezia de doi ani, potrivit propriilor declarații, venit aici pentru a studia tratamentele alternative împotriva osteoporozei, dar a afirmat că nu cunoștea faptul că muntele





Batur era un loc sacru. De altfel, turiștilor străini care vizitează insula li se recomandă să respecte legile și valorile culturale balineze. Cu toate acestea, sunt numeroase incidentele create de indivizi care sfidează regulile de bun simț, numai în ultimul an au fost expulzate peste 200 de persoane acuzate de această lipsă de respect.

În 2019, un cuplu ceh a fost asaltat de critici pentru o înregistrare video, în care se vede cum bărbatul stropește dosul partenerei sale cu apă sfântă, într-un templu balinez. Cei doi au fost obligați să participle ulterior la un ritual de purificare efectuat de un preot hinduist – religia predominantă pe insulă.

„Sportul" caniculei

Ce nu face omul ca să se răcorească măcar puțin, la vreme de canicula! Apă să fie, că idei sunt destule... Idei oferite pe tavă de către autoritățile care nu impun anumite condiții și restricții atunci când sunt folosite instalații din spațiul public.

În orașele franceze există așa-numitele borne de incendiu, mai simplu hidranți de incendiu pentru a fi folosite de pompieri. Respectivele instalații, al căror rol poate fi reconvertit în fel și chip, sunt asaltate în modul cel mai agreabil pe canicula – duș răcoritor pentru amatori. Este exact ceea ce au făcut peste 30 de locuitori ai cartierului Parilly din orașul Bron. Ei au instalat în mijlocul străzii o piscină gonflabilă, iar pentru a o umple au forțat un hidrant de incendiu, care le-a oferit binefăcătoarea apă, în care s-au putut bălăci în voie timp de câteva ore.

Abia spre seară au intervenit forțele de ordine, care i-au împrăștiat pe înotătorii stradali și au făcut ordine la locul cu pricina. Nu înainte de a le atrage atenția îndrăzneților răcoriți că presiunea foarte mare a apei poate duce la accidentări grave sau la riscuri de electrocutare, apa putând ajunge ușor la rețeaua electrică.

Această practică a primit și un nume: street-pooling (bazin stradal) este chiar mult mai răspândit în Hexagon decât am crede. Înaintea isprăvii din Bron, o gașcă de adolescenți înfierbântați a procedat exact la fel, în cartierul de locuințe sociale Tarterêts, din Corbeil-Essonnes. Atunci însă polițiștii au avut de-a face cu o piscină mult mai rezistentă, cu armătură, lungă de 4 metri.

Oamenii legii au avut însă calmul necesar pentru a preciza că nu e deloc simplă reînchiderea bornelor și că, pe de altă parte, eventuala deteriorare a acestora ar face foarte dificilă sau imposibilă o intervenție la incendiu. Un hidrant de incendiu deschis reprezintă 80 m³ de apă potabilă pierdută pe oră.

Folosirea hidranților pentru răcorirea pe timpul caniculei are în spate mai mult de un secol de istorie. Valul de căldură din 1896 la New York a obligat autoritățile să deschidă hidranții pentru a curăța străzile de mirosuri și gunoaie, iar new-yorkezii au profitat de apă pentru a se răcori, obicei perpetuat la fiecare canicula în marile orașe americane.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Dictatorii, cinefili înrăiţi!

Poate cel mai bun mod de a-ţi complica viziunea despre o figură istorică notorie este să afli despre gusturile acesteia în materie de artă. Vei descoperi astfel că până şi o persoană considerată „răul absolut" a avut interese artistice identice cu ale tale – iar lucrul este valabil cel puţin în privinţa filmelor.

Cu cât personajul este mai nemilos şi filmul mai de calitate, cu atât legătura este mai şocantă. Deşi am putea fi tentaţi să găsim cine ştie ce legături misterioase, adevărul este că oamenii sunt oameni şi până şi cei mai răi dintre ei au nevoie uneori de un divertisment de calitate...

Adolf Hitler – „Pe aripile vântului"

Se ştie că în sălile sale de proiecţie din mai multe reşedinţe, Hitler viziona o varietate de filme, multe dintre acestea fiind furnizate de ministrul Propagandei, Joseph Goebbels. *Gabriel deasupra Casei*

Albe, Călăreţul din negură, Maria Antoaneta sau comediile cu Stan şi Bran se numără printre filmele pe care se ştie că le-a vizionat sau le-a deţinut.

Dictatorul se amuza nespus la filmele de desene animate făcute de Disney – în special cele cu Mickey Mouse. Goebbels i-a dăruit 12 desene animate cu Mickey Mouse pentru Crăciunul din 1937 şi a povestit în jurnalul său că „Führerul este foarte fericit de această comoară". Dar filmul lui favorit era *Pe aripile vântului.*

Rochus Misch, garda de corp a lui Hitler, îşi amintea că acesta vizionase de trei ori filmul şi chiar îi spusese lui Goebbels: „Este ceva ce ar trebui să poată face şi poporul nostru".

Saddam Hussein – „Naşul"

Nu este un mister de ce un dictator ar fi atras de temuta, dar respectata familie mafiotă Corleone din seria *Naşul.* Saddam Hussein, care a ajuns să conducă Irakul printr-o epurare care o eclipsa total pe cea declanşată de Michael Corleone, considera acest film preferatul său.

Jurnalistul Adel Darwish l-a întâlnit pe Hussein la un festival din Bagdad şi a povestit că „timp de 90 de minute (Hussein) mi-a vorbit despre *Naşul".*

Printre concluziile lui Hussein se numără faptul că Vito Corleone pune fami-

lia mai presus de orice şi că femeile iubesc bărbaţii puternici, precum fiul şi succesorul lui Vito, Michael. Iar Darwish nu este singura persoană care a creditat pe *Naşul* ca fiind filmul preferat al lui Hussein. Printre alţii se numără presupusa sa amantă Parisoula Lampsos şi jurnalistul Mark Bowden, celebru pentru cartea *Elicopter la pământ*, care a inspirat filmul omonim.

Bowden a mai enumerat câteva dintre preferinţele despotului – *Conversaţia, Ziua şacalului* şi *Bătrânul şi marea* – dar probabil că acestea au rămas în umbra epopeii mafiote.

Chiar şi regizorul Francis Ford Coppola a recunoscut adoraţia lui Hussein şi mai revendica un al doilea dictator pentru fan clubul *Naşul:* Muammar Gaddafi.

Stalin – „Tarzan"

Stalin a condus Uniunea Sovietică timp de peste 30 de ani şi a lăsat în urmă milioane de morţi.

De asemenea, a lăsat milioane de însemnări cu stiloul pe scenariile filmelor, fiind cea mai importantă autoritate cinematografică a statului. După ce sovieticii au învins Germania nazistă, Stalin a pus

mâna pe colecţia de filme a lui Joseph Goebbels.

La fel ca şi Hitler, Stalin îşi petrecea serile vizionând filme în sălile sale de proiecţie private. Au fost enumerate multe dintre preferatele liderului comunist, printre care *Marele vals, Volga-Volga, S-a întâmplat într-o noapte,* filmele lui Charlie Chaplin şi westernurile americane.

De asemenea, se pare că îl iubea pe *Tarzan.* În mod ciudat, Hitler avea o părere total opusă despre *Tarzan:* „O porcărie!"

Mao Zedong – „Pumnul furiei"

Fondatorul Republicii Populare Chineze, Mao Zedong, este considerat cel mai letal om din istorie. Zeci de milioane de cetăţeni chinezi au pierit ca urmare a „binefacerilor" lui Mao, precum

Marele Salt Înainte şi Revoluţia Culturală. La bătrâneţe, Mao a făcut o pasiune pentru filme, pe care Liu Qingtang, ministrul adjunct al culturii, i le furniza.

Preşedintele a văzut o mulţime de filme cu arte marţiale, precum *Marele Şef, Calea Dragonului* sau *Pumnul furiei,* care părea să fie preferatul său şi îl emoţiona până la lacrimi. „Bruce Lee este un erou!" îşi aminteşte Liu că a auzit de la Mao.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Radu Amzulescu

Născut la 4 februarie 1959 la Bucureşti, Radu Amzulescu a absolvit Institutul de Artă Teatrală şi Cinematografică „I.L. Caragiale" din Bucureşti, promoţia 1983, la clasa reputatului actor şi dascăl Octavian Cotescu.

S-a remarcat, aproape pe parcursul întregii sale cariere artistice, pe scena teatrului „Lucia Sturdza Bulandra", unde a jucat în piese precum *Thomas à Becket* (1999), *Turandot* de Carlo Gozzi (2000), *Virgiliu – Odiseea 2001* (2001), *Roberto Zucco* de Bernard-Marie Koltes (2002), *Anatomie. Titus. Căderea Romei* de Heiner Müller (2003), *Nebunia regelui George* de Alan Bennet (2004), *Tatăl* de August Strindberg (2004), *O poveste evreiască* de Isaac Bashevis-Singer (2005), *Richard al III-lea se interzice* de Matei Vişniec (2006), *Ivanov* de A.P. Cehov (2011), *La Grande Magia* de Eduardo De Filippo (2013), *Coriolanus* de William Shakespeare (2018), *Azilul de noapte* de Maxim Gorki (2022).

A evoluat, de asemenea, şi pe scenele altor teatre, în piesele *Hangiţa* de Carlo Goldoni (Teatrul de Nord Satu-Mare, 1985), *Burghezul gentilom* de Molière şi *Antoniu şi Cleopatra* de William Shakespeare (Teatrul Naţional Cluj, 1987, respectiv 1988), *Comedii Cehov* de A.P. Cehov (Teatrul Odeon, 1991), *Demonul meschin* de F. Solohub (Teatrul Odeon, 1993 – pentru rolul său fiind nominalizat la premiul UNITER pentru cel mai bun actor al anului), *Copiii soarelui* de Maxim Gorki (Teatrul Mic, 1997), *Şcoala femeilor* de Molière (Teatrul Mic, 1998) *Sonata fantomelor* de August Strindberg (Teatrul Mic, 1999).

De asemenea, a evoluat în filme precum *Sezonul pescăruşilor* (1983), *Moromeţii* (1984), *Tinereţe frântă* (1989), *Confesiune* (1994), *Femeia în roşu* (1996), *Raport despre starea naţiunii* (2002).

Muzică & Poezie

Toţi trebuie să fim săltaţi 2

Dacă citim *Cartea Sfinţilor Apostoli,* despre care pomenea Bob Dylan în 2012, în interviul din Rolling Stones, dăm de cazul biblic al lui Ştefan, un bărbat „plin de har şi de putere", care „făcea minuni şi semne mari în popor". Era deci un personaj carismatic, cu priză la public, care critica autorităţile religioase.

Ca să scape de un „rebel" incomod, Ştefan a fost dus în Sinedriu, judecat pentru o vină inventată, probată doar cu mărturii mincinoase, şi condamnat la moarte prin lapidare.

Lucrurile au decurs astfel: „Şi scoţându-l afară din cetate, îl băteau cu pietre. Iar Ştefan „îngenunchind, a strigat cu glas mare: Doamne, nu le socoti lor păcatul acesta! Şi zicând acestea, a murit."(7, 58-60). Nu e de mirare că Isus, revoltat de această practică a condamnării prin lapidare o denunţă în cuvintele „Cine dintre voi este fără păcat, să arunce cel dintâi cu piatra în ea" (Ioan 8,7).

Aceasta este povestea care a inspirat versul buclucaş *everybody must get stoned* şi traducerea inspirată a lui Florian Pitiş, *Toţi suntem puţin luaţi.*

La rândul lui, Dylan încerca să folosească povestea biblică pentru a face o analogie plină de sarcasm cu situaţia de atunci din America, în care statul poliţienesc funcţiona cu motoarele în plin. Era, totodată, şi mesajul adresat criticilor săi care îl doreau condamnat pentru nimic. Şi acest vers a făcut valuri pentru că multe posturi de radio au refuzat să difuzeze melodia pentru că primiseră o publicaţie numită *Raportul Gavin* care descria noile melodii „cu probleme", această melodie fiind etichetată ca un „cântec despre droguri".

Strofele nu sunt nici ele „cuminţi", pentru că Dylan trece în revistă diversele situaţii în care un om poate fi „luat la pietre", adică „săltat" (arestat) de pe stradă şi condamnat (lapidat) pentru o vină imaginară: *Te iau când ieşi şi tu puţin pe străzi, /Te iau când locu-ncerci să ţi-l păstrezi, /Te iau când pe pământ calci în sfârşit, /Te iau când spre ieşire mergi grăbit!,* sună traducerea lui Pittiş care se încheie cu refrenul *Dar hai să ne avem ca fraţi, /Toţi suntem puţin luaţi!* Cu alte cuvinte, nu disperaţi, până la urmă toţi suntem „luaţi la pietre", care în argou înseamnă „săltat" (de poliţie). De aceea în titlul acestui articol am folosit versiunea mea de traducere a „infamului" vers *everybody must get stoned.*

Câteva cuvinte şi despre titlul melodiei, care se numeşte, abscons, *Rainy Day Women #12 and #35.* De ce *Femei într-o zi ploioasă,* cum s-ar traduce în limba română? Explicaţia oficială a fost că este vorba despre „o femeie şi fiica ei care au intrat în studioul de înregistrări într-o zi ploioasă, iar Dylan le-ar fi ghicit corect vârsta de 12 şi 35 de ani". Există şi o explicaţie mai puţin oficială: melodia este, de fapt, despre două femei care au venit în studio într-o zi ploioasă, dar se pare că Dylan tocmai citise un articol despre pedeapsa pentru femeile din statele islamice şi, de aici, „toată lumea trebuie să fie lapidată". Adică, arestată şi condamnată.

În acest sens vine şi ultima strofă a cântecului, în traducerea excelentă a lui Florian Pittiş:

Te iau când numai tu ţi-ai mai rămas, /Te iau şi-atunci când mergi şi tu acas', /Te iau şi-apoi îţi spun că eşti bărbat,

Te iau când în mormânt te-ai aşezat!

Mi-a plăcut să reascult muzica anilor 66-69, mi-a plăcut şi reuşita poetică a lui Moţu, chiar şi mesajul original al „rebelului" care era în acei ani Bob Dylan. Cel care avea să primească în 2016 *Premiul Nobel pentru Literatură,* dar asta este o altă poveste.

GEORGE CUŞNARENCU

Anxietatea – stare de asediu

După cum multă lume putea anticipa, măsurile draconice impuse în contextul crizei medicale în ultimii doi ani nu au întârziat să-şi arate efectele, sub formele cele mai dure.

Problemele vederii, în special la copii şi tineri, sunt cauzate de utilizarea excesivă a ecranelor (telefon, tabletă, laptop, PC), dar şi mai gravă este explozia afecţiunilor psihice, de la cele mai „blânde", până la cele mai devastatoare.

În România, numai în ceea ce priveşte anxietatea – de altfel, percepută ca un fel de disconfort trecător, deşi nu e deloc aşa – a înregistrat o creştere halucinantă: cu 76% mai multe cazuri diagnosticate în anul 2021 de psihiatri, comparativ cu anul 2010.

Ce este?

Anxietatea reprezintă răspunsul natural al organismului la stres. Este un sentiment general de teamă sau teamă faţă de ceea ce urmează (şi, desigur, nu cunoaştem). De exemplu, prima zi de şcoală, un interviu de

angajare sau ţinerea unui discurs pot face ca majoritatea oamenilor să simtă frică şi nervozitate.

Nu e doar un fenomen de moment, întrucât, dacă senzaţia de anxietate este extremă, poate dura mai mult de şase luni şi interferează cu viaţa de zi cu zi. Anxietatea „obişnuită" este un sentiment care vine şi pleacă (deseori, o numim şi nelinişte sau îngrijorare), dar nu interferează cu viaţa de zi cu zi.

În cazul unei tulburări de anxietate, sentimentul de frică poate fi cu dumneavoastră tot timpul, este intens şi uneori debilitant. Acesta ne poate determina să nu mai facem lucruri care ne plac. În cazuri extreme, ne poate împiedica să intrăm în lift, să traversăm strada sau chiar să ieşim din casă. Dacă este lăsată netratată, anxietatea va continua să se agraveze. Tulburările de anxietate sunt cea mai comună formă de tulburare emoţională şi pot afecta pe oricine, la orice vârstă, femeile fiind mai predispuse la un asemenea diagnostic.

Manifestări complexe

Anxietatea este o parte cheie a mai multor tulburări diferite. Acestea includ: ● tulburare de panică (Subiectul se confruntă cu atacuri de panică recurente în momente neaşteptate şi poate trăi cu frica de următorul atac.); ● fobie (teamă excesivă de un anumit obiect, situaţie sau activitate); ● tulburare de anxietate socială (teamă extremă de a fi judecat de alţii în situaţii sociale); ● tulburare obsesiv-compulsivă (gânduri iraţionale recurente, ce conduc la comportamente specifice, repetate); ● tulburare de anxietate de separare (frica de a fi departe de casă sau de cei dragi); ● boala tulburării de anxietate (anxietate legată de sănătate: numită în mod curent ipohondrie); ● tulburare de stres posttraumatic (anxietate în urma unui eveniment traumatic).

Anxietatea se simte diferit, în funcţie de persoana care o experimentează. Sentimentele pot varia şi se poate să vă simţiţi scăpat de sub control, ca şi cum ar fi o deconectare între minte şi corp.

Alte moduri în care oamenii se confruntă cu anxietatea includ coşmaruri, atacuri de panică şi gânduri sau amintiri dureroase pe care nu le puteţi controla. Este posibil să aveţi un sentiment general de teamă şi îngrijorare sau frică de un anumit loc sau eveniment. Simptome generale sunt: ritm cardiac crescut; respiraţie rapidă; nelinişte; probleme de concentrare; dificultăţi de a adormi şi de a dormi. Simptomele de anxietate ale unei persoane pot fi total diferite de ale altcuiva.

Tratarea anxietăţii se împarte în două categorii: psihoterapie şi medicaţie. Întâlnirea cu un terapeut sau un psiholog ne poate ajuta să cunoaştem instrumente de utilizat şi strategii pentru a face faţă anxietăţii, atunci când aceasta apare. Medicamentele utilizate de obicei pentru a trata anxietatea includ antidepresive şi sedative, care lucrează pentru a echilibra chimia creierului, a preveni episoadele de anxietate şi a îndepărta cele mai severe simptome ale tulburării.

Tratamente diversificate

Medicamentele şi terapia vorbirii sunt utilizate în mod obişnuit pentru a trata anxietatea. De asemenea, schimbarea stilului de viaţă (somnul suficient, exerciţiile regulate etc.) pot ajuta, iar unele cercetări sugerează că şi alimentaţia poate avea un impact benefic asupra creierului, dacă apare frecvent anxietatea. Aceste alimente includ: somon, muşeţel, curcuma, ciocolată neagră, iaurt, ceai verde. Tulburările de anxietate pot fi tratate cu medicamente, psihoterapie sau o combinaţie a celor două.

Unii oameni cu o tulburare de anxietate uşoară sau frică de ceva ce pot evita cu uşurinţă decid să trăiască cu această afecţiune şi să nu caute tratament. Totuşi, este important să înţelegem că tulburările de anxietate pot fi tratate, chiar şi în cazuri severe. Deşi, de obicei, afecţiunea nu dispare, putem învăţa să o gestionăm corect şi să trăim o viaţă normală şi sănătoasă.

Un aliment natural complet

În general, se cunoaşte faptul că, în ziua de azi, curmalele sunt considerate alimente complete. Ce beneficii ne-ar aduce dacă le-am consuma zilnic, 3 curmale, timp de 12 zile. Din păcate majoritatea oamenilor nici nu se gândesc la beneficiile extraordinare ale consumului acestui fruct dulce şi gustos.

Pline de nutrienţi. Curmalele au din abundenţă nutrienţi folositori pentru sănătate. Consumul a doar trei curmale pe zi acoperă necesarul de vitamine. Printre cei mai importanţi nutrienţi din aceste fructe se numără: ● cuprul; ● fibrele; ● potasiul; ● magneziul; ● vitamina B6; ● manganul.

Îmbunătăţiri în sistemul digestiv. Curmalele îmbunătăţesc funcţionarea sistemului digestiv. Dacă suferiţi de una dintre următoarele afecţiuni digestive, aceste fructe vă vor ajuta să vă trataţi: ● constipaţia; ● sindromul colonului iritabil; ● problemele gastro-intestinale. Conţinutul ridicat de fibre contribuie şi la prevenirea cancerului de colon şi a altor boli. Curmalele, de asemenea, ajută la tratarea hemoroizilor.

Efecte analgezice. Curmalele sunt bogate în magneziu, nutrient cu efecte antiinflamatorii şi analgezice. Cercetările demonstrează că magneziul este eficient în reducerea inflamaţiilor arteriale şi reduce riscul de a dezvolta boli cardiace. De asemenea, el luptă cu inflamaţiile cauzate de alte boli cum ar fi artrita sau sindromul Alzheimer.

Ajută la procesul de naştere. Studiile realizate la Universitatea Santo Thomas au demonstrat efectele benefice ale curmalelor în procesul de naştere. Astfel s-a constatat că femeile care au consumat regulat curmale cu o lună înainte de termenul respectiv au avut o naştere mai uşoară.

Luptă cu hipertensiunea şi atacul vascular cerebral (AVC). Curmalele reduc tensiunea arterială, fapt datorat mai ales conţinutului de magneziu. Milioane de oameni din întreaga lume suferă de hipertensiune şi apelează la medicamente. Dacă ar consuma mai multe curmale, dependenţa lor de preparatele farmaceutice ar fi mult mai redusă.

Conţinutul de potasiu în curmale îmbunătăţeşte sănătatea inimii prin reglarea funcţionării sale şi a tensiunii arteriale. Studiile privind relaţia dintre consumul de curmale şi riscul de AVC, de asemenea au demonstrat efecte pozitive. Un şir întreg de studii arată că prezenţa a 100 mg de magneziu în meniul zilnic reduce riscul de atac cu 10%.

Îmbunătăţirea abilităţilor cognitive. Cercetarea arată de asemenea că nutrienţii din componenţa curmalelor sunt benefici pentru funcţionarea creierului. Un alt studiu a arătat că vitamina B6 are şi ea un efect pozitiv asupra funcţionării creierului. Aşadar, dacă veţi consuma curmale zilnic, veţi stimula memoria şi concentrarea şi veţi avea o minte mai iute.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Cum reuşesc virusurile care produc infecţii cronice în organism, precum virusul HIV sau al hepatitei C, să învingă sistemul imunitar al gazdei? Cercetătorii de la Universitatea McGill din Canada (care are respectabila vârstă de 200 de ani!) au descoperit un mecanism molecular care ar putea fi cheia acestei necunoscute.

În plus, constatările deschid drumul cercetărilor cu potenţial pentru dezvoltarea unor noi tratamente ale unor boli grave. Combaterea infecţiilor din organism depinde în cea mai mare parte de capacitatea sistemului imunitar de a depista şi a distruge celulele infectate.

„Lupta" este condusă de celulele sistemului imunitar numite celule T CD8+. Ele primesc ordin de la mediatorii chimici

cunoscuţi sub denumirea de citokine, care le transmit impulsul de a fi mai mult sau mai puţin receptive la ameninţările pătrunse din mediul exterior în organism.

În cele mai multe cazuri, celulele T CD8+ identifică rapid şi reuşesc să distrugă celulele infectate, pentru a preveni răspândirea infecţiei. Când este vorba despre virusurile care declanşează infecţii cronice în organism, celulele sistemului imunitar primesc directive greşite de la citokine, ceea ce le face mai puţin receptive la agenţii care ameninţă sănătatea organismului.

Din cercetările sus-menţionate, reiese că anumite virusuri persistă în organism prin producerea unei citokine care duce la modificarea glicoproteinelor aflate pe suprafaţa celulelor T CD8+, ceea ce slăbeşte funcţionalitatea acestor soldaţi ai sistemului imunitar. Modificarea lasă timp suficient pentru ca agentul patogen să întreacă rata de răspuns a sistemului imunitar şi să stabilească o infecţie cronică în organism.

De aceea, este important ca această acţiune să fie ţinta dezvoltării tratamentelor pentru a restabili gradul de funcţionalitate a celulelor T şi pentru a spori capacitatea organismului de a lupta cu infecţia. Aceste constatări ar putea fi cheia dezvoltării de noi tratamente ce vizează mai multe afecţiuni. De pildă, se dovedesc utile pentru tratarea cancerului şi a bolilor autoimune, care apar pe fondul funcţionalităţii scăzute a celulelor T.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Lipsa mirosului influenţează demenţa

Punctul de vedere al medicinei energo-informaţionale

Oamenii trăiesc tot mai mult. Auzim că în Japonia sunt cele mai multe persoane cu o vârstă de peste 100 de ani, ca atare şi cazurile de demenţă sunt tot mai dese, mult mai multe decât în secolul trecut. Memoria începe să se deterioreze cu prioritate, iar de aici se deschide o cale spre multe alte probleme de sănătate. (Mirosul de lavandă şi de oregano ţin creierul activ.)

Că suntem fiinţe energetice nu mai este nimic nou pentru nimeni, că funcţionăm cu energie, de asemenea, că neuronii se refac mereu, dar neuronii noi sunt ca nişte „bebeluşi", ei trebuie învăţaţi să ia locul celor uzaţi. Aici intervine medicina energo-informaţională, care are la bază fizica cuantică.

Informaţiile energetice ale corpului sunt folosite în scop terapeutic. Partea dreaptă şi partea stângă a creierului sunt mai mult sau mai puţin active în funcţie de personalitatea şi activitatea profesională a fiecăruia. De cele mai multe ori observăm la pacienţii aflaţi în terapie un dezechilibru între cele două părţi ale creierului.

Simţul mirosului, cel mai vechi simţ al omului, este legat prin sistemul limbic în creier, la locul unde se prelucrează şi depozitează emoţiile şi amintirile. Chiar şi

după zeci de ani un anumit miros poate aduce amintiri vechi depozitate.

Un sistem intact al mirosului influenţează toate domeniile vieţii. Simţul mirosului scade în intensitate la multe persoane o dată cu înaintarea în vârstă sau în cazul multor probleme de sănătate. Recent, îmbolnăvirile de Covid au dus la pierderea sau deteriorarea mirosului. Încă sunt multe persoane care nu şi-au recăpătat complet mirosul după îmbolnăvirea de Covid.

Autoreglarea şi devirusarea energetică a organismului pot restabili simţul mirosului. Omul este un computer biologic care trebuie mereu resetat şi readus în echilibru energetic.

Deteriorări majore ale mirosului se observă la pacienţi încă în faza incipientă de demenţă, Parkinson şi Alzheimer, chiar cu cinci ani înainte de a se diagnostica boala. Des am încercat la pacienţi cu demenţă incipientă sau Parkinson să administrăm pentru miros oregano sau lavandă (uleiuri esenţiale) transmise printr-un aparat de oxigen, în multe cazuri cu succes, aşa-numita Oxiaroma.

Terapiile pe care le aplicăm în Centrul german DermaVital le întregim cu un training de învăţare a pacientului să folosească des mirosul de lavandă şi oregano. În căminele cu persoane în vârstă şi acasă se pot folosi aceste mirosuri. Atenţie! Folosiţi doar esenţe naturale, cumpărate de la magazine de produse organice şi numai în sticluţe maro, după recomandarea terapeutului.

Este, de asemenea, cunoscut faptul că anumite uleiuri esenţiale prin sistemul limbic influenţează stările de oboseală, depresie, somn, atacuri de panică. Prin terapiile oferite de medicina energo-informaţională, uleiurile

esenţiale pot pătrunde prin sistemul nevos direct în creier prin cavitatea nazală, unde celulele nervoase sunt în afara barierei sânge-creier.

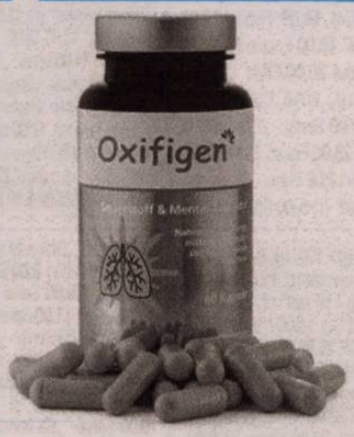
Medicina energo-informaţională, prin terapiile aplicate poate influenţa, respectiv amâna, declanşarea multor boli neurodegenerative. Omul de astăzi are nevoie de terapii personalizate. Timpul în care totul se trata cu medicamente a trecut. Timpul în care informaţia energetică a corpului poate fi folosită în scop terapeutic a început.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), consilier în dezvoltare personală

PUBLICITATE

Sechelele post Covid

2 şedinţe + drenaj – ofertă 340 lei, de la 440 lei



dermaVITAL

tel 0731.871.968 / 021.322.40.04

www.dermavital-med.ro

OXIFIGEN este un supliment alimentar pus pe tehnologia punctelor cuantice, o metoda biofizicală. Ceapa, coriandrul, muscat, gama vitaminelor B1, B3, B6, B7, B12, asigură o funcţionare normală a sistemului nervos, vitamina C şi acidul folic asigură energia corpului.

Dozare 1-2 capsule zilnic, cu un pahar de apă.

Flaconul conţine 60 capsule a 700 mg.

Se recomandă în susţinerea terapiei la slăbiciune, oboseală, stres mental, probleme cu respiraţia şi concentrarea, oferă mai multă putere la efort şi activitate intelectuală.

OXIFIGEN: activator mental, bio-fizical.

Este un supliment alimentar pus pe tehnologia punctelor cuantice. Asigură o bază energetică şi vitală a corpului.

Îmbunătăţeşte preluarea, absorţia oxigenului în corp şi celula de sânge.

Creşte rezistenţa şi puterea în câteva minute.

Mai multă putere fizică şi psihică, creşte buna dispoziţie cu până la 70%,

Creşte considerabil graniţa rezistenţei nervoase.

Foarte apreciat de persoanele care au trecut prin îmbolnăvirea cu Covid-19 şi au rămas cu anumite „sechele".

Un produs „per excelente", aşa cum v-am obişnuit.

Oxifigen

Pentru mai multe informaţii accesaţi
www.dermavital-med.ro sau 0731.871.968

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestui produs!

PUBLICITATE

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, strada Brânduşelor 6B, et. 2, interfon 003

LUNI – 18 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Români care au schimbat lumea (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Referendum cu Mihai Rădulescu 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „În spatele liniilor inamice 3 – Columbia" (SUA, 2009). Cu: Joe Manganiello 23.30 Ştirile PRO 0.00 Film: „The Equalizer" (r) 2.30 Lecţii de viaţă (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poveşti de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 23.00 Observator 23.30 Stand Up Revolution (r) 2.30 Observator (r) 3.30 Film (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Marele escroc" (SUA, 2018 Cu: Armand Assante 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Dragostea este genetică" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste si alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Seial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii". Cu: Rhea Sharma 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Fără prejudecăţi (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Azi despre mâine 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 La Măruţă (r) 8.45 Film: „Sweet Surender" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Bean" (r) 14.30 Film: „Grown Ups 2" (r) 16.30 Film: „Razboiul vecinilor" (SUA, 1994) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Fire & Ice: Cronicile dragonului" (SUA, 2008). Cu: Amy Acker, Tom Wisdom 22.15 Film: „Contra Timp 2: Fără Scăpare" (România, 2009) 0.15-3.45 Reluări.

MARŢI – 19 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 20.00 Telejurnal 21.10 Telecinemateca: „Cocoşatul" (Franţa, 1959). Cu: Jean Marais, Bourvil, Sabine Sesselmann 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Tatăl" (SUA, 2016). Cu: William H. Macy, Mel Gibson 23.15 Ştirile PRO-TV 23.45 Film (r) 1.45 Lecţii de viaţă (r) 2.30 I like IT 3.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poveşti de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 23.00 Observator 23.30 Stand Up Revolution (r) 2.30 Observator (r) 3.30 Film: „Rămân cu tine" (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Gustul fructului oprit" (SUA, 2009). Cu: Ben Affleck 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Film: „Gustul fructului oprit" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Serial (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Euromaxx 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 La Măruţă (r) 7.30 Film: „Hailey Dean Mystery: 2 + 2 = Murder" (r) 9.15 Serial (r) 11.30 Film: „Cucoana Chiriţa" (r) 13.30 Film: „Dance With Me" (r) 16.00 Film: „Crimă la conac" (SUA, 2017). Cu: Gillian Anderson, Glenn Close 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Stare de asediu" (SUA, 1998). Cu: Denzel Washington 22.45 Film: „Rechini de Mississippi" (SUA, 2017). Cu: Cassie Steele, Jason London 0.30-4.30 Reluări.

MIERCURI – 20 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Convieţuiri 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Dispăruţi fără urmă (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Regii blestemaţi" (partea a IV-a). Cu: Jeanne Moreau, Philippe Torreton, Ana Caterina Morariu 22.55-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Marele Stan" (SUA, 2007). Cu: David Carradine, Rob Schneider 23.45 Ştirile PRO-TV 0.15 Film: „Detonatorul" (SUA, 2006). Cu: Wesley Snipes, Silvia Colloca 23.00 Ştirile PRO-TV 2.15-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poveşti de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 23.00 Observator 0.00 Serial: „Mangalita" 2.00 Serial: „Liber ca pasarea cerului" 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Miss Litoral" (România, 1990). Cu: Anca Ţurcaşiu 22.30 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Film: „Miss Litoral" (r) 5.30 Mondenii (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc! 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" (r) 10.00 Documentar 360º 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Fii în formă! 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Seial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „K2, muntele morţii" (SUA, 1991). Cu: Michael Bienh, Matt Craven 22.00-5.05 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 La Măruţă (r) 7.45 Film (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „In Good Company" (r) 14.30 Film: „Truman Show" (r) 16.30 Film: „Lumina ochilor mei" (SUA, 2017). Cu: Burt Reynolds, Amy Smart 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Adâncul albastru 2: Reciful" (SUA, 2009). Cu: Laura Vandervoort 22.30 Film: „Misterul fetei din cadă" (SUA, 2018). Cu: Karen Moncrieff 0.15-4.00 Reluări.

SABINE SESSELMANN – marţi, 21.10 –

JOE MANGANIELLO – luni, 21.30 –

BRITTANY MURPHY – joi, 0.00 –

MIRCEA DIACONU – vineri, 23.30 –

RHEA SHARMA – luni-duminică, 16.00 –

MICHAEL BIENH – miercuri, 20.10 –

HAYLEY SALES – duminică, 14.30 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 21 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Omul şi timpul (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Doc.: „Criptopia: bitcoin, blockchain şi viitorul Internetului" 22.15 Doc.: „Dark Web" 23.10-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Max Payne" (SUA, 2008). Cu: Mark Wahlberg 23.30 Ştirile PRO-TV 0.00 Film: „Revoltă după gratii" (SUA, 2015). Cu: Dolph Lundgren, Danielle Chuchran 2.00-5.00 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poveşti de familie 15.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor Celebrity 23.30 Observator 0.00 Film: „Fete de bani gata" (SUA, 2003). Cu: Brittany Murphy, Dakota Fanning 2.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Extemporal la dirigenţie" (România, 1987). Cu: Tamara Buciuceanu 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Extemporal la dirigenţie" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Reţeaua de idoli (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Natură şi aventură (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Globalizarea: riscuri şi beneficii 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Luna neagră" (SUA, 1986). Cu: Tommy Lee Jones, Linda Hamilton 22.00-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial (r) 6.45 La Măruţă (r) 8.45 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" 12.45 Film (r) 14.30 Film: „Khonanesta" (SUA, 1997). Cu: Kirsten Dunst 16.30 Film: „Răbunare în pijamale" (SUA, 2004) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Omul din umbră" (SUA, 2006). Cu: Steven Seagal 22.30 Film: „Cum să fii singur şi fericit" (SUA, 2016) 0.45-4.30 Reluări.

VINERI – 22 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 România construită (r) 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Opre Roma 15.50 EURO polis 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 În spatele frontului (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Iluzionistul" (SUA, 2006). Cu: Edward Norton, Paul Giamatti, Jessica Biel 23.00-5.05 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Fortăreaţa" (SUA, 1996). Cu: Sean Connery, Nicolas Cage 0.30 Film: „Resident Evil: Capitolul final" (SUA, 2012) 2.30-4.15 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară (r) 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Film: „Spioana" (SUA, 2015). Cu: Melissa McCarthy, Jason Statham 22.30 Film: „Deadpool 2" (SUA, 2018). Cu: Ryan Reynolds 1.00 Stand Up Revolution (r) 3.45 Rămân cu tine (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „BD la munte şi la mare" (România, 1971). Cu: Mircea Drăgan 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.30 Film: „Filantropica" (România, 2002). Cu: Mircea Diaconu 2.00 Super cireaşa de pe tort (r) 4.30 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial: „Dulce răzbunare" (r) 9.00 Serial: „Calea spre iertare" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Educaţie la înălţime (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar 360º 15.00 Revoluţia tehnologică 15.30 Telescoala 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Educaţie la înălţime 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.50 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „True Heart" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Sleepover" (r) 14.15 Film: „Moromeţii 2" (România, 2018) 16.30 Film: „Marşul nupţial 4: Ceva vechi, ceva nou" (SUA, 2018) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Şapte suflete" (SUA, 2008). Cu: Rosario Dawson, Will Smith 23.00 Film: „Jocuri periculoase 3: Diamante neşlefuite" (SUA, 2004). Cu: Susan Ward 0.45 Film (r) 3.15 Apropo Tv 4.15 Serial (r).

SÂMBĂTĂ – 23 iulie

TVR 1
7.00 Cu capu-n zori 10.10 Teatru pentru copii: „De-aş fi Scufiţa Roşie" de Ion Garmacea 11.40 Petmania (r) 12.30 #Creativ (r) 13.00 Doc.: „Chipurile României" 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui 15.30 Izolaţi în România (r) 16.00 Serial: „Arta crimei" 17.00 O dată-n viaţă (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Întoarcerea Vlaşinilor" (România, 1983). Cu: Cezara Dafinescu 23.00 World Cup Magazin 23.35 Film: „Balada Lui Jimmy Mccabe" (M. Britanie, 2017) 1.15-5.10 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO-TV 10.00 Film: „Fluke, o minune de câţel" (SUA, 1995) 12.00 Film: „Învingătorii" (SUA, 2019) 14.30 Film: „Eragon" (SUA, 2006) 16.30 Film: „Miss Agent Secret" (SUA, 2000). Cu: Sandra Bullock 19.00 Ştirile PRO-TV 20.00 Film: „Battleship: Invazia" (SUA, 2012). Cu: Rihanna 22.30 Film: „Justiţiarul" (SUA, 2004). Cu: Thomas Jane, Samantha Mathis 0.00-4.15 Reluări.

antena 3
6.00 Observator 9.00 Alpha Kids 9.30 Film: „Revelaţia" (SUA, 2019) 12.00 Medicool 13.00 Observator 13.30 Dancing On Ice: Vis în doi 17.00 Film (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor (r) 21.00 Stand Up Revolution 23.00 Film: „Spioana" (r) 1.30 Film: „Deadpool 2" (r) 3.30 Observator (r) 3.45 Film: „Revelaţia" (r).

PRIMA TV
7.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Mondenii 9.30 Film: „Pistruiatul 3" (România, 1986) 11.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 12.00 Poezie şi delicateţuri (r) 14.00 Film: „BD la munte şi la mare" (r) 16.00 Supernanny (r) 17.30 Destinaţia anului 18.00 Focus 18 19.30 Film: „Alo, aterizează străbunica" (România, 1981). Cu: Sebastian Papaiani 21.30 Fotbal: Craiova – CFR Cluj 23.30 Film: „Orfelinatul" (Spania, 2007). Cu: Belen Rueda 2.00 Film (r) 4.30 Focus (r).

acasă
6.00 Serial (r) 8.00 Film (r) 10.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Film: Dragoste şi alte complicaţii" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Sezonul nunţilor (SUA, 2020). Cu: Kimberley Sustad, Brandi Alexander 23.00 Serial: „Profu'" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Teleşcoala (r) 8.30 MotorVlog (r) 9.00 Generaţia Fit (r) 9.30 Fără prejudecăţi (r) 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Fraţi de viţă (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbaţi de 10 (r) 17.00 Levintza prezintă (r) 17.30 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Ocolul pământului în 80 de zile" (partea a II-a) 22.10 Serial: „Chip de înger" 0.20-5.15 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Ce spun românii (r) 7.15 Film: „Moromeţii 2" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film (r) 14.15 Film: „Misterul lui Hailey Dean: O căsnicie criminală" (SUA, 2018) 16.00 Film: „Revanşa" (România, 1978) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Restul e tăcere" (România, 2008) 23.15 Film: „Misterul înălţării" (SUA, 2016) 1.15-4.15 Reluări.

DUMINICĂ – 24 iulie

TVR 1
7.00 Universul credinţei 9.30 M.A.I. aproape de tine 10.00 Pro Patria 10.35 Viaţa satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viaţa satului (II) 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 World Cup Magazin (r) 15.00 Gări de poveste (r) 16.00 Serial: „Arta crimei" 17.00 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar Romania (r) 19.00 Istorii ascunse (r) 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă (r) 23.00 Garantat 100% (r) 0.00 Replay 1.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO-TV 10.00 Film: „Eragon" (r) 12.00 Film: „Miss Congeniality" (r) 14.30 Film: „Sunt plecat în oraş" (SUA, 1994) 16.30 Film: „În căutarea fericirii" (SUA, 2006) 19.00 Ştirile PRO-TV 20.00 Film: „Dolittle" (SUA, 2020). Cu: Tom Holland, Robert Downey Jr. 22.45 Film: „Mumia revine" (SUA, 2001) 0.30-5.00 Reluări.

antena 3
7.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Dancing On Ice: Vis în doi (r) 17.00 Film: „Poţi să păstrezi un secret?" (SUA, 2019) 19.00 Observator 20.00 iUmor (r) 20.00 Stand Up Revolution 23.00 Film: „Vrabia roşie" (SUA, 2018). Cu: Jennifer Lawrence, Joel Edgerton 2.00 Băieţi de oraş 3.00 Observator (r) 3.45 Film (r) 5.30 Alpha Kids (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Supernanny (r) 10.30 Destinaţia anului (r) 11.00 Insider politic (r) 13.00 Serial: „Oportuniştii" (r) 14.00 Poezie şi delicateţuri 16.00 Cronica cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 18 19.30 Trăsniţii 20.00 Schimb de mame 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" (r) 23.00 Insider politic (r) 0.00 Poezie şi delicateţuri (r) 2.00 Film: „Alo, aterizează străbunica" (r) 4.00 Cronica cârcotaşilor (r).

acasă
6.00 Serial (r) 8.00 Film: „Sezonul nunţilor" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" (r) 14.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 16.00 Film: „Dragoste şi alte complicaţii" 18.00 Serial: „Să învingi trecutul" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Perfect compatibil" (SUA, 2021). Cu: Megan Hutchings, Robin Dunne 23.00 Serial: „Profu'" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură şi aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Sănătate cu de toate (r) 12.30 Levintza prezintă (r) 13.10 Film: „Trei scrisori secrete" (România, 1974) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Înghiţitorul de săbii" (România, 1981) 22.10 Film: „Lautrec" (coprod., 1998) 0.15-5.10 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „Revanşa" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „The Wedding March 4: Something Old, Something New" (r) 14.30 Film: „Pentru o vară" (SUA, 2020). Cu: Hayley Sales 16.30 Film: „Chiriţa în Iaşi" (România, 1987). Cu: Draga Olteanu Matei 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Viaţa e frumoasă" (SUA, 1997). Cu: Roberto Benigni 22.45 Film: „Grimsby" (SUA, 2016). Cu: Sacha Baron Cohen 0.30-3.45 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

COMUNICĂRI

SCRIERE CU CIFRU ZIDURI DE APĂRARE		SPORTIV COMPLEX APEL LA PROCES		INVITAȚIE LA TEATRU MIEZ DE CHIFLĂ!		URMĂ DE BOCANC! NU CUNOAȘTE ÎNDURAREA		MUNTEAN DE LA NOI ANEXA LA GOSPODĂRIE		AȘEZĂRI LA FEREALĂ SESIZARE RAPIDĂ	
CETĂCEU JUCĂUȘ A ÎNFĂPTUI							MUCHIE TEȘITĂ MUZICĂ VORBITĂ				
				A SE SONA CONSILIERI MUNICIPALI							
TRASEE MEDIU DE PLUTIRE					GĂSIT CU GREU NOR DE GĂZE				ÎN CURS! SCURMARE CU GHEARELE		
			PERDELE GRELE DRUM DE SCHIOR								
	AGENT CA JAMES BOND MICĂ APĂ CURGĂTOARE						SUVERAN SLAV APROBARE VERBALĂ				FRUCTE PARFUMATE
		BOBIȚĂ DE PLUMB TIMP DE VARĂ						BON BANCAR SPIRIT DE GLUMĂ			C
ÎN MAPĂ! A PUNE LA MURAT MÂNĂ					A DA GREȘ FIR DE URZEALĂ			U		BRÂNZĂ DULCE	A
				DUȘMANII ARMATEI ARMA ALBINEI	I	N	A	M	I	C	I
ȚARĂ PRIETENĂ FEMEI ÎN ROBE				A	T		AȘEZARE URBANĂ	O	R	A	S
				C	A			R		S	E

Umor

Un ardelean mânca șuncă și ceapă. Alături de el, Ion saliva de poftă. Ion își ia inima în dinți și intră în vorbă

– Mă cheamă Ion!

– Apoi dacă te cheamă, du-te!

Un doctor către pacient:

– Nu pot pune un diagnostic exact bolii dumneavoastră. Sincer să fiu, cred că este de la băutură...

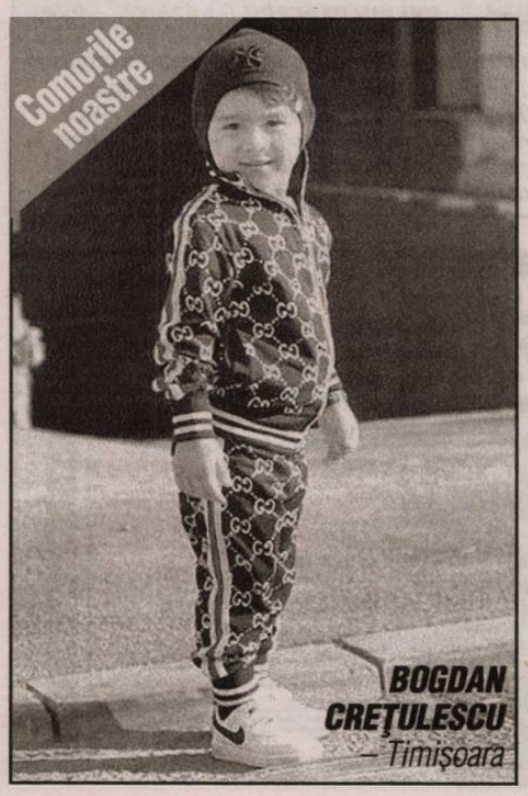
Pacientul:

– Nu-i nimic domnul doctor, o să vin când sunteți treaz!

Un taximetrist este oprit în trafic de un polițist:

– De ce conduceți taxiul dacă nu aveți atestat?

– Un coleg de-al dumneavoastră mi-a spus!



– Cum să vă spună așa ceva?

– Da, Da! Mi-a spus că dacă beau, să merg cu taxiul.

– Ești beat?

– Nu!

– Atunci spune-mi care dintre eucariotelele unicelulare din încrengătura metamonadelor și microsponridiilor nu au mitocondrii?

– Sunt beat!

Doi nebuni:

– Auzi măi, poți să te duci pe raza asta de lumină de la bec?

– De ce măi, crezi că sunt prost, să stingi tu becul și să cad...

SUDOKU

jocul săptămânii: 28

				1		7	5	8
		7						
				5	7		6	
	5		1					6
2			5		8			7
7					3		2	
	6		3	2				
						6		
8	9	1		4				

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 27

7	1	3	4	8	6	9	5	2
6	9	4	2	5	3	8	1	7
8	5	2	9	7	1	6	4	3
3	8	5	1	9	7	2	6	4
2	7	9	5	6	4	3	8	1
1	4	6	3	2	8	7	9	5
5	3	8	7	4	9	1	2	6
9	2	7	6	1	5	4	3	8
4	6	1	8	3	2	5	7	9

Soluția integramei „COMUNICĂRI"

Orizontal: I - H - M - N - T - M - ENTUZIASMATE - SISTEM - ABUR - CUVA - IAHTURI - SIRA - BAR - TT - GIR - TRILOGIE - A - IREAL - ZAR - JE - ANTIC - RIT - RUPT - TAIN - I - TORS - RASNITA - INOTAT - STOR - ACADEMICIANA.

Verificați-vă cunoștințele!

În pași de dans

1. Care era muza dansului în mitologia greacă?
2. Ce compozitor german (1786-1826) a compus piesa pentru pian „Invitație la vals", orchestrată mai târziu de Hector Berlioz și Weingertner.
3. Cine a realizat, în 1972, filmul „Ultimul tango la Paris"?
4. Ce mare prozator român (1885-1944) a scris romanul „Ciuleandra"?
5. Ce pictor francez (1834-1917) a pictat tabloul „Dansatoare în rochie roz"?
6. Cine a realizat, în 1955, filmul franțuzesc „French Cancan"?
7. Ce autor contemporan francez de origine cehă a scris romanul „Valsul de adio"?

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

1) Zeul babilonian al Soarelui binefăcător se numea Samash. 2) În mitologia iraniană Mithra era zeul razelor solare. 3) Zeița Soarelui din mitologia japoneză se numea Amaterasu. 4) Romanul „Klara și Soarele" a fost scris de Kazuo Ishiguro. 5) Tabloul „Răsărit de Soare" poartă semnătura lui Ivan Aivazovski. 6) Lucrarea „Soarele apelor" aparține compozitorului francez Pierre Joseph Bonlez. 7) Filmul „Spre Soare" a fost realizat în regia lui Donny Boyle.

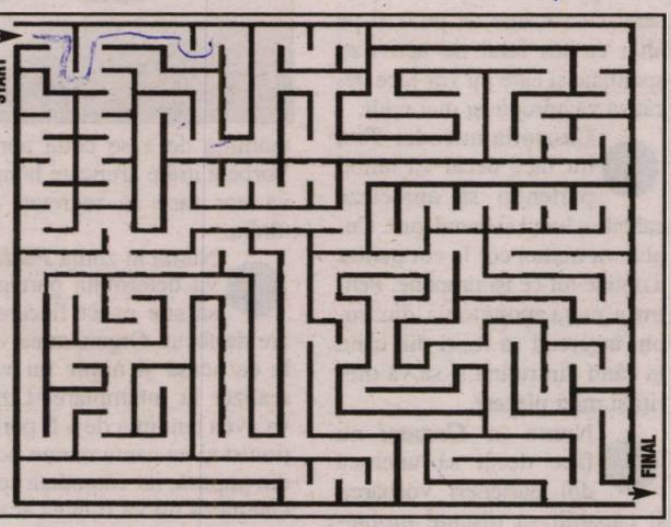
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema *„Oi și ciobani"* am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Violeta de Persia

(Exacum affine)

● Este o plantă originară din insula Socotra (Yemen) care face parte din familia Gentianaceelor și care formează mici tufe înflorite abundent. La o lună după încetarea înfloririi se poate transplanta într-un ghiveci mai mare. Pentru un efect spectaculos reuniți mai multe plante într-un ghiveci.

● Frunzele sunt ovale, ascuțite, de un verde strălucitor și au 1-3 cm lungime, dezvoltându-se pe tulpini ramificate și cărnoase.

● Înflorește din iulie și până în septembrie. Face flori din abundență, de culoare bleu-lila sau uneori albe, cu stamine galben-aurii, parfumate. Pentru a înflori are o expunere la lumină, dar fără soare direct și ar trebui eliminate regulat florile ofilite.

● Se udă de 2-3 ori pe săptămână pentru ca solul să rămână ușor umed. Atmosfera umedă a unei băi este ideală pentru această plantă.

● Se administrează îngrășământ o dată la 10 zile, din mai până în august cu fertilizatori lichizi pentru plante cu flori.

● Se înmulțește destul de dificil prin semințe în luna martie sau în august, puse la încolțit într-o miniseră, la 18ºC.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Căsătoria şi zodia nunţii

Cunoaştem că zodia din care facem parte ne influenţează destinul şi la fel se întâmplă cu momentele-cheie ale vieţii, printre care se numără şi căsătoria. Căsătoria se oficiază într-o anumită zodie, iar acesta o va guverna, fiind numită zodia nunţii.

Astrologii ne invită să descoperim dacă ne-am unit destinele sub o stea norocoasă şi să aflăm cum ne influenţează zodia nunţii căsătoria.

Dacă oficiaţi căsătoria în zodia ***Berbec,*** ambii parteneri veţi avea nevoie de multă independenţă pentru a vă dezvolta relaţia şi a nu ajunge în impas. Provocator este faptul că mariajul va fi presărat cu vacanţe de pe o zi pe alta, cu tot felul de activităţi spontane şi care nu vor face decât să vă apropie şi mai mult.

Căsătoria în zodia ***Taur*** nu face decât ca ambii parteneri să aprecieze calitatea, luxul şi bunul gust. Cuplul va munci cot la cot pentru a obţine tot ce îşi propune. Pentru a evita monotonia din cuplu încercaţi să ieşiţi din când în când din rutină şi să vă oferiţi şi mici plăceri.

Nunta în ***Gemeni*** nu face decât să unească doi parteneri vorbăreţi şi capabili să discute problemele care apar într-o căsnicie. Ambii parteneri sunt sociabili dar riscă să se plictisească de o viaţă comodă în doi. Bineînţeles, asta nu se va întâmpla dacă găsiţi mereu ceva nou şi interesant de făcut.

Unele dintre cele mai norocoase căsnicii se leagă în zodia ***Rac.*** Se ştie despre nativii acestei zodii că nimic nu este mai important ca familia, aşa că şi căsnicia va fi plină de momente de răsfăţ, multă iubire şi grijă. Atenţie însă ca relaţia să nu devină mai degrabă una de prietenie, decât o legătură de cuplu.

Dacă vă căsătoriţi în zodia ***Leu*** pasiunea va fi la cote înalte. Ambii parteneri vor munci pentru a se realiza pe plan profesional, dar nu vor neglija nici mariajul atât timp cât va exista acea scânteie între cei doi. Mare atenţie însă la dramatism, partenerii având

tendinţa de a se certa aprins. Vorbele urâte aruncate la nervi vă vor face să regretaţi mai târziu.

Nunta în zodia ***Fecioară*** va determina partenerii să ştie exact fiecare ce are de făcut. Organizarea va fi la ea acasă şi nimic nu va fi realizat la întâmplare. Cuplul va avea tendinţa de a fi perfecţionist şi va căuta mereu nodul din papură, iar câteodată spontaneitatea nu va fi la ea acasă.

Mariajul în zodia ***Balanţă*** va garanta o căsnicie de succes. Partenerii vor fi echilibraţi şi deschişi, făcând din propria lor căsnicie o prioritate, fără a-şi neglija aspiraţiile personale şi pe cele profesionale.

Căsniciei oficiate în zodia ***Scorpion*** nu-i va lipsi acea scânteie şi nici determinarea de a-şi realiza toate planurile ce ţin de familie. Partenerii vor trebui să ţină cont de neînţelegerile pe care nu le lămuresc la timp, deoarece pot conduce spre răzbunări nedrepte sau spre mici răutăţi.

Dacă zodia ***Săgetător*** vă va guverna mariajul, înseamnă că sunteţi un cuplu vesel, energic şi căruia îi plac călătoriile la nebunie. Ţineţi însă cont să nu deveniţi precum un melc cu casa în spate. Copiii au nevoie de stabilitate pentru a se dezvolta armonios.

O zodie tradiţionalistă prin excelenţă, ***Capricornul*** va asigura cuplului o căsnicie liniştită, în care fiecare membru va şti exact ce rol ocupă. Dacă soţul se va ocupa cu micile reparaţii prin casă, soţia va găti, el se ocupă de facturi, dumneavoastră planificaţi o vacaţă sau un eveniment etc. Uneori, un schimb de roluri ar prinde bine şi aşa aţi descoperi problemele cu care se confruntă celălalt.

O căsnicie neconvenţională şi deloc plictisitoare este cea guvernată de zodia ***Vărsător.*** Soţii vor fi cei mai buni prieteni, vor avea o viaţă socială extrem de activă şi vor fi mereu înconjuraţi de familie şi de prieteni. Pentru a întări relaţia nu trebuie să uitaţi să vă rezervaţi suficient timp şi pentru voi, momentele petrecute în doi fiind vitale.

Nu există căsătorie mai romantică şi mai fantezistă decât cea oficiată în zodia ***Peşti.*** Partenerii vor fi creativi şi se vor dedica unul celuilalt, însă veţi avea tendinţa să deveniţi nerealişti. Stabilitatea financiară trebuie să fie mai degrabă un deziderat decât o realitate.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

- Noaptea când sfârşitul lumii nu a mai venit
- NASA acordă atenţie OZN-urilor
- Punctul care vindecă 100 de boli
- Diabolizarea pisicilor a cauzat Moartea Neagră?
- Somnul, inamic pentru Alzheimer
- Tom Cruise – actorul cu nouă vieţi

HOROSCOP

18-24 iulie 2022

BERBEC 21.03-20.04

Este un moment prielnic pentru a vă face planuri şi pentru a lua unele hotărâri în legătură cu îmbunătăţirea relaţiilor cu membrii familiei. Sunteţi în stare să faceţi faţă celor mai îndrăzneţe provocări!

TAUR 21.04-21.05

Pe măsură ce săptămâna decurge sunteţi pregătiţi să lucraţi singuri sau în culise pentru a vă atinge obiectivele. Aplicaţi-vă autodisciplina şi ţineţi cont să fiţi rezervaţi când aveţi de-a face cu ceilalţi, mai ales vineri!

GEMENI 22.05-21.06

Este un moment excelent pentru a realiza ceea ce doriţi cu ajutorul unui grup sau al unui prieten. Orice s-ar întâmpla, nu lăsaţi ca lucrurile să evolueze într-o luptă dârză pentru putere. Mai bine gândiţi-vă o strategie despre cum vă gestionaţi banii.

RAC 22.06-21.07

În aceste zile veţi fi hotărâţi şi aveţi ambiţii puternice cu privire la ceea ce doriţi să obţineţi. Cel mai probabil, şefii sau părinţii vor fi impresionaţi. Este momentul perfect pentru a vă îmbunătăţi imaginea. Tunsoare? Haine? Pantofi? Hotărâţi-vă singuri!

LEU 22.07-22.08

Gândurile sunt concentrate doar pe planuri precise de călătorie. S-ar putea să stabiliţi strategii despre cum să trataţi cu cineva dintr-o altă cultură sau să negociaţi cu cineva dintr-o altă ţară. Vă veţi gândi şi la propriile valori spirituale.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Aveţi mult de lucru la începutul săptămânii şi vă veţi implica direct în câteva activităţi bancare. (Când vine vorba despre finanţe şi bunuri nu vă place să staţi în întuneric!) Aveţi o influenţă semnificativă asupra oamenilor importanţi.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Luna Nouă vă oferă oportunitatea perfectă pentru a vă gândi la direcţia în care vreţi să porniţi în viaţă. Este vremea când partenerii şi prietenii vor coopera cu dumneavoastră. Cu toate acestea, fiţi atenţi deoarece energia poate scăpa de sub control.

SCORPION 23.10-21.11

Veţi fi productivi, mai ales că doriţi să duceţi la bun sfârşit lucrurile. Sunteţi pregătiţi să faceţi sacrificiile necesare, aveţi dorinţa şi perseverenţa de a termina ceea ce aţi început. Acum puteţi rezolva o problemă legată de o proprietate comună.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

S-ar putea să vă faceţi planuri serioase de vacanţă, pentru un drum scurt sau un eveniment legat de copii. Indiferent de alegerea dumneavoastră, intenţionaţi să munciţi din greu pentru a vă atinge obiectivele.

CAPRICORN 22.12-19.01

Realizaţi multe acasă deoarece sunteţi hotărâţi să munciţi din greu şi să faceţi ceva progrese. Fiţi rezonabili însă cu proiectele dumneavoastră pentru a evita luptele pentru putere. Acum aveţi şansa de a vă hotărî cum puteţi îmbunătăţi relaţiile.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vă faceţi planuri pe termen lung sau vă hotărâţi să studiaţi ceva. Veţi fi extrem de convingători vorbind cu ceilalţi despre ceea ce intenţionaţi să rezolvaţi. Sunteţi dispuşi să munciţi şi puneţi datoria înaintea plăcerilor.

PEŞTI 19.02-20.03

Munciţi din greu pentru a vă creşte câştigurile, iar acest lucru vă determină să fiţi atenţi la planificarea detaliată pe care aţi pregătit-o. Până la sfârşitul săptămânii aţi putea fi în dezacord cu cineva care este împotriva hotărârii dumneavoastră.

Nativul săptămânii: **ION DUMITRESCU** (18.07.1925 – 1999)

A fost un trăgător de tir român, autorul unor recorduri în premieră: în 1955 realizează de două ori performanţa absolută, 100 de talere din 100 posibile şi în anul 1960, 298 de talere din 300 posibile. Acest nativ al zodiei Rac, în 1960, la Jocurile Olimpice de la Roma, a devenit primul campion olimpic la talere din istoria tirului sportiv românesc.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a alta direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	13,00 LEI
❑ 2 LUNI	26,00 LEI
❑ 3 LUNI	39,00 LEI
❑ 4 LUNI	52,00 LEI
❑ 5 LUNI	65,00 LEI
❑ 6 LUNI	78,00 LEI

Abonamente 2022

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2022

Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 45 euro sau 50 $,
– 6 luni: 90 euro sau 100 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1609 ● ANUL LXV ● 21 IULIE 2022 ● 16 PAGINI ● 3,5 LEI Nr. 29 (3359)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

TERAPIE
pentru tratarea cancerului cerebral

Femina club
Pentru dumneavoastră, doamnă
În căutarea bunei dispoziţii...
Dosarele frumuseţii
Pregătiri pentru plajă

Minunile lumii
PEŞTERA LIMANU
un labirint subpământean

„A iubi înseamnă a suferi şi cum mulţi fug de suferinţă, puţini ştiu să iubească.”
Emil Cioran

Contacte cu alte CIVILIZAŢII GALACTICE? 2

„POSIBILITATEA CA SEMNALUL SUSPECT SĂ FIE UN FEL DE INTERFERENŢĂ RADIO este foarte ridicată şi acest lucru trebuie confirmat şi exclus în continuare. Acesta poate fi un proces lung”, spunea cercetătorul Zhang Tongjie, şeful Grupului de Cercetare a Civilizaţiilor Extraterestre de la Universitatea Normală din Beijing, pentru *Science and Technology Daily.*

Problema stabilirii cu exactitate a proveniență semnalelor captate de cercetătorii chinezi cu ajutorul Radiotelescopului FAST, cel mai mare din lume la această oră, cu un diametru de o jumătate de kilometru, este, într-adevăr esențială.

Cu atât mai mult cu cât semnalele provenind din spațiul profund al galaxiei noastre i-au intrigat decenii la rând pe astronomi.

Încercări nereuşite

SETI (Search for Extraterrestrial Intelligence) este un proiect de cercetare care şi-a propus să găsească semnale radio emise de civilizaţii extraterestre încă din 1960, la inițiativa astronomului Frank Drake. În câteva rânduri cercetători de la SETI au anunțat descoperirea unor semnale extraterestre misterioase, dar ele s-au dovedit neconcludente.

În 2014, SETI anunța că a pus la punct chiar un program de vânare a extratereştrilor, mai exact două metode de a-i contacta: „prin ascultarea comunicaţiilor dintre lumile extraterestre”, cealaltă fiind „căutarea amănunțită a stelelor din vecinătatea Terrei”.

Dincolo de PR-ul insistent, SETI n-a descoperit nicio „voce” extraterestră până acum, în ciuda finanțărilor puternice din fonduri publice.

Una din cauzele eşecului SETI este faptul că se caută civilizaţii aflate exact în stadiul nostru de dezvoltare tehnologică. Iar la scară astronomică este puțin probabil să găsim aşa ceva. Şi totuşi, de 60 de ani, SETI caută. Iar când descoperă un semnal, el e mai mult confuz decât convingător.

De pildă, în august 1977, scrie *LiveScience,* o căutare SETI efectuată de telescopul Big Ear al Universităţii de Stat din Ohio a descoperit o explozie electromagnetică extrem de puternică, pe durata unui minut, pe o frecvență despre care oamenii de ştiință bănuiesc că ar putea fi folosită de civilizaţii extraterestre.

Jerry Ehman, omul de ştiință care lucra în acea noapte la observator a scris cu stiloul pe o bucată de hârtie cuvântul „Wow!”, care a rămas apoi şi numele acestei explozii electromagnetice misterioase.

Din păcate, căutările ulterioare în aceeaşi regiune a spaţiului sideral n-au mai venit cu niciun rezultat. Cercetările care au urmat acelei descoperiri au sugerat că „semnalul ar fi putut veni de la o stea asemănătoare Soarelui, situată în constelaţia Săgetător”, scria *LiveScience.* Sursa semnalului rămâne necunoscută şi în ziua de azi.

Acesta este motivul pentru care astronomii chinezi care au anunțat captarea semnalelor misterioase la jumătatea lunii iunie sunt dornici să excludă interferenţele radio, deoarece acestea au dat multe bătăi de cap astronomilor şi în trecutul apropiat.

În 2019, de pildă, cercetătorii au observat un semnal radio emis de *Proxima Centauri,* cel mai apropiat sistem stelar de Soarele nostru (aflat la aproximativ 4,2 ani-lumină distanță) şi care găzduieşte cel puțin o planetă potențial locuibilă, după părerea astronomilor.

A fost vorba despre o undă radio de bandă îngustă asociată în mod obişnuit cu obiecte create de om, ceea ce i-a determinat pe oamenii de ştiință să analizeze posibilitatea incitantă ca aceasta să provină de la o civilizaţie extraterestră.

> **SEMNALELE PROVENIND DIN GALAXIA NOASTRĂ, DESCOPERITE RECENT DE ASTRONOMII CHINEZI SUNT PRIVITE CU REZERVE, DEOARECE ÎNCĂ NU S-A STABILIT CU EXACTITATE DACĂ ESTE VORBA DESPRE INTERFERENŢE RADIO TERESTRE SAU SEMNALE GALACTICE.**

Cu toate acestea, noi studii întreprinse doi ani mai târziu au sugerat că semnalul a fost cel mai probabil produs de o tehnologie umană defectuoasă, după cum scria *LiveScience.* În mod similar, un alt set faimos de semnale despre care astronomii au presupus că ar fi provenit de la civilizaţii extraterestre, detectat între 2011 şi 2014, s-a dovedit a fi fost de fapt semnale radio produse chiar de oamenii de ştiință care îşi încălzeau prânzurile în cuptorul cu microunde!

Zhang Tongjie a subliniat că echipa sa intenționează „să efectueze observaţii repetate ale semnalelor ciudate pentru a exclude în mod concludent orice interferenţă radio” şi pentru a obține cât mai multe informaţii despre aceste semnale. „Aşteptăm cu nerăbdare ca (telescopul FAST) să fie primul care a descoperit şi confirmat existența civilizaţiilor extraterestre”, a declarat Tongjie pentru *Science and Technology Daily.*

Şi totuşi, unde sunt?

Dacă există atâtea miliarde de galaxii şi fiecare galaxie are miliarde de sori, atunci unde sunt fiinţele inteligente pe care viitorologii anilor 60 anunțau că sunt deja printre noi?

Din discrepanța între vastitatea, vârsta Universului şi lipsa aparentă a formelor de viață inteligente dincolo de Pământ, s-a născut conceptul numit azi *Paradoxul Fermi.* Paradoxul şi-a căpătat numele de la observaţia fizicianului Enrico Fermi, laureat al Premiului Nobel, care, după ce a contemplat enigma, ar fi spus: „deci, unde este toată lumea?”.

Sunt prea avansaţi

Şi pentru a intra în lumea ideilor trăsnite, iată răspunsul celebrului fizician Michio Kaku la „paradoxul lui Fermi”: „Nu-i vedem pe extratereştri pentru că sunt cu milioane de ani mai avansaţi decât noi”.

Michio Kaku, care a stat în umbra lui Stephen Hawking în materie de predicţii nesustenabile, este o celebritate în mass-media. Teoriile lui sunt la concurență cu romanele SF, dar cu ceva mai puțină imaginație. Referindu-se la extratereştri, de pildă, în ciuda observaţiei lui Fermi, şi a dovezilor inexistente după 60 de ani de cercetare, Kaku afirma anul trecut că „în curând, şansele sunt foarte mari să putem intra în contact cu o civilizaţie spațială inteligentă”, aflată dincolo de lumea noastră. Şi „că există posibilitatea ca extratereştrii să fie cu milioane de ani mai avansaţi din punct de vedere tehnologic ca oamenii”. Şi dacă tot vorbim despre predicţii, de ce n-am spune, în aceeaşi lipsă totală a oricăror probe, că „există posibilitatea ca extratereştrii să fie cu milioane de ani în urma noastră din punct de vedere tehnologic”? Ar putea fi, de ce nu, o pistă nouă de cercetare pentru astronomi.

Kaku, care este cel mai vândut autor de cărți ştiinţifice despre viitor, cum era în anii 1970 Carl Sagan, crede că varianta combinării celor două legi, a relativităţii şi a fizicii cuantice, într-o singură ecuaţie, i-ar fi permis lui Albert Einstein să „citească mintea lui Dumnezeu”.

În noua sa carte denumită *„Ecuaţia lui Dumnezeu”,* apărută în SUA, Kaku explică în ce fel „căutarea lui Einstein l-a inspirat să devină fizician”. Teoretician, am adăuga noi, pentru exactitate. „Dacă într-o zi vom avea ecuaţia finală a lui Dumnezeu, vom putea aplica acest lucru în găsirea răspunsurilor la cele mai profunde întrebări nedescifrate ale relativităţii, de exemplu, este posibilă călătoria în timp? Ce se află dincolo de o gaură neagră? Ce s-a întâmplat înainte de Big Bang?”.

GEORGE CUŞNARENCU

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU-MUREŞ

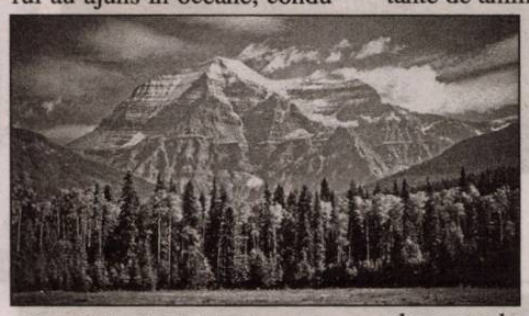
„Supermunţii" antici, stimulenţi ai vieţii terestre

Lanţurile muntoase uriaşe care rivalizează cu Himalaya au supraalimentat evoluţia timpurie a vieţii pe Pământ, afirmă cercetătorii de la Universitatea Naţională din Australia.

„Supermunţii" au prelevat nutrienţi esenţiali organismelor care ar stimula dezvoltarea celulelor mari complexe şi au determinat existenţa unora dintre cele mai importante perioade din istoria biologică a Pământului, când s-au format primele plante şi animale, precum şi a două masive imense.

„Nu există nimic similar astăzi, a declarat geochimistul Ziyi Zhu. Nu este vorba doar de înălţimea lor, imaginaţi-vă un masiv ca Himalaya, lung de 2.400 km, dar de trei sau patru ori mai înalt, ca să vă faceţi o idee despre scară." Giganticele masive, demult dispărute, s-au format în două etape: între 2.000 şi 1.800 de milioane de ani în urmă şi acum 650 şi 500 de milioane de ani, când plăcile tectonice ale Pământului, aflate în continuă mişcare, zdrobesc două mase de uscat, împingând rocile de suprafaţă foarte rapid la înălţimi.

Pe măsură ce s-au erodat, nutrienţi precum fosforul şi fierul au ajuns în oceane, condu-



când ciclurile biologice la o complexitate mai mare în timpul formării supercontinentelor. Este probabil ca atunci să fi favorizat creşterea nivelului de oxigen din atmosferă, aproape inexistent la vremea respectivă. Se presupune că nivelurile de oxigen din atmosferă au crescut într-o serie de paşi, dintre care două coincid cu existenţa şi influenţa implicită a supermunţilor.

Prima etapă – „Supermuntele Nuna", a coincis cu apariţia probabilă a eucariotelor, organismele care au dat naştere mai târziu plantelor şi animalelor.

A doua – „Supermuntele Transgondwanan", a avut loc aproximativ în aceeaşi perioadă în care au apărut primele animale mari, acum 575 de milioane de ani. Procesul este legat de explozia cambriană, 45 de milioane de ani mai târziu, când au început să apară majoritatea grupurilor importante de animale.

Cercetătorii au făcut descoperirea analizând sedimentele râurilor de pe tot globul pentru a găsi urme de zirconiu cu conţinut scăzut de luteţiu. Combinaţia dintre minerale şi elemente de pământ rar se găseşte numai în subsolul profund al munţilor înalţi şi se formează sub presiuni extreme. Distribuţia cristalelor de zircon a arătat că „supermunţii" antici se întindeau peste 8.000 km lungime.

„Supermuntele Transgondwanan", a traversat supercontinentul Gondwana format în urmă cu aproximativ 550 de milioane de ani şi care a început să se despartă în timpul perioadei jurasice, între 500 şi 300 de milioane de ani în urmă. Rămăşiţele sale reprezintă aproximativ două treimi din suprafaţa continentală de astăzi, inclusiv America de Sud, Africa, Antarctica şi Australia.

Mai mult ca...

Să vorbim corect!

Auzim adesea în jurul nostru persoane care, înflăcărate de propria elocinţă, ţin să sublinieze că un anumit fenomen sau eveniment i-a uimit făcându-i să acţioneze *„mai mult ca niciodată"* într-un anume fel. Expresia este, pe cât de pretenţioasă, pe atât de greşită.

„Niciodată" este un adverb de timp care înseamnă „în niciun moment" şi care, aşa cum ştim, nu admite grade de comparaţie. Aşadar, expresia conţine o incompatibilitate semantică. Când vrei să faci o comparaţie sau să evidenţiezi o evoluţie nu foloseşti o asemenea asociere. Nu poţi compara ceva cu nimic.

E de mirare că expresia este atât de îndrăgită mai ales de iubitorii de limbă engleză atât de la modă. Până şi în engleză se spune „more/ better than ever" fără să fie folosit adverbul negativ „never".

Aşadar, exprimarea corectă trebuie să elimine adverbul negativ spunând „mai mult ca oricând". *(I.S.)*

Airlander 10 – primul avion hibrid

Air Nostrum Group (ANG), companie care operează zboruri regionale ca partener pentru Iberia Regional de la baza sa din Valencia, a comandat 10 aeronave Airlander 10, cu livrare programată pentru 2026, dezvoltate de Hybrid Air Vehicles (HAV) din Marea Britanie. Aceste vehicule hibride, ce ar putea reduce emisiile cu 90%, sunt conduse cu heliu şi alimentate cu energie electrică şi vor găzdui 100 de pasageri, iar autonomia de zbor este de 300-400 de kilometri cu o sarcină de 10 tone.

Airlander 10 combină tehnologia avioanelor şi elicopterelor cu cea a dirijabilelor cu heliu care dezvoltă o viteză de maximum 130 km/h. Până la 60% din portanţa sa este asigurată de heliu, iar restul de o „aripă" aerodinamică alimentată de patru motoare configurate independent şi vectorizate.

Cabinele au o configuraţie 1-2-1, cu scaune faţă în faţă şi pereţi transparenţi care oferă vedere la peisajul de dedesubt. Compania HAV a declarat că, în viitor, rutele potenţiale cu rază scurtă de acţiune pentru aeronavă ar putea include relaţiile Liverpool – Belfast (270 km), Seattle – Vancouver (205 km) şi Oslo – Stockholm (423 km). Aeronava poate efectua călătorii „point to point" (punct cu punct), deoarece nu are nevoie de o pistă de aeroport pentru a ateriza.

Preşedintele Air Nostrum, Carlos Bertomeu, a declarat că dirijabilele vor ajuta compania să îndeplinească obiectivele „Fit for 55" ale Uniunii Europene, de a reduce emisiile de bioxid de carbon cu cel puţin 55% până în 2030. Directorul general HAV, Tom Grundy, a adăugat: „Pe măsură ce ţări precum Franţa, Danemarca, Norvegia, Spania şi Regatul Unit încep să pună în aplicare mandate ambiţioase pentru decarbonizarea zborurilor interne şi pe distanţe scurte, companiile HAV şi ANG demonstrează modul în care noi putem ajunge acolo în curând. Airlander este conceput pentru a oferi un viitor mai bun pentru serviciile de aviaţie durabile, pentru a permite noi reţele de transport şi pentru a oferi clienţilor opţiuni de creştere rapidă. HAV va începe să construiască vehiculele în acest an, creând 1.800 de locuri de muncă în Yorkshire, Marea Britanie. Compania a spus că lucrează la „dezvoltări ulterioare în propulsia electrică" şi urmăreşte să extindă acest lucru.

Terapie pentru tratarea cancerului cerebral

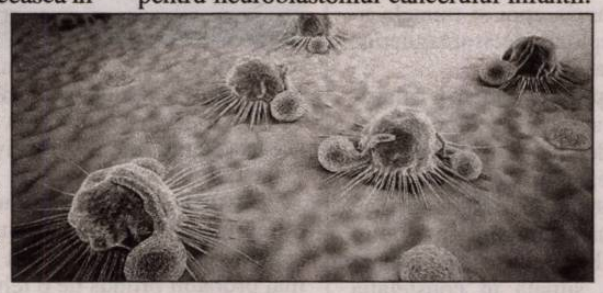
O echipă europeană de experţi din Regatul Unit, Polonia şi Suedia a dezvoltat un nou tip de terapie cu lumină care vizează şi distruge tumorile canceroase la pacienţi.

Este un tratament revoluţionar al cancerului, o nouă procedură prin care lumina în infraroşu activează un mecanism de distrugere a cancerului. Tehnica activată de lumină, lansată de Institutul de Cercetare a Cancerului din Londra, determină celulele canceroase să strălucească în întuneric, per-miţând chirurgilor să îndepărteze mai multe tumori şi eliminând în acelaşi timp toate celulele reziduale în câteva minute de la finalizarea intervenţiei chirurgicale. Această tehnologie de ultimă oră a expus chiar şi cele mai mici celule canceroase, făcându-le mai uşor de eliminat de către chirurgi.

Fluorescenţa ajută chirurgii să elimine cea mai mare parte a tumorii, iar celule rămase sunt identificate tot pe baza luminii, către ele îndreptându-se fascicule cu lumină în infraroşu, care sunt distruse printr-o moleculă care se leagă de o proteină numită EGFR (proteină anticorp).

Studiile noii forme de fotoimunoterapie au arătat că tratamentul a declanşat un răspuns care ar putea stimula sistemul imunitar să ţintească celulele canceroase în viitor, sugerând că ar putea preveni revenirea glioblastomului după intervenţia chirurgicală.

Cercetătorii studiază şi noul tratament pentru neuroblastomul cancerului infantil.



Chirurgia este o provocare din cauza locaţiei tumorilor şi noile modalităţi de a vedea celulele tumorale care urmează să fie îndepărtate în timpul intervenţiei chirurgicale şi de a trata celulele canceroase reziduale ce rămân ulterior ar putea fi de mare beneficiu.

Specialiştii arată că un nou tratament de fotoimunoterapie, care utilizează o combinaţie de marker fluorescent, proteină şi lumină în infraroşu, poate identifica şi trata celulele de glioblastom rămase la şoareci.

Glioblastomul este cea mai frecventă tumoră malignă a creierului, responsabilă pentru mai mult de 50% dintre toate cazurile de cancer cerebral.

În viitor, se speră că această abordare va putea fi folosită pentru a trata glioblastomul uman şi alte tipuri de cancer. Fotoimunoterapiile ajută la „ţintirea" celulelor canceroase care nu pot fi îndepărtate în timpul intervenţiei chirurgicale, ceea ce poate mări speranţa de viaţă a pacienţilor.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu
PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

Combustibil alternativ pentru avioane

Una dintre problemele pe termen lung ale transportului aerian este dependența de petrol, care este o resursă finită și care contribuie la schimbările climatice. Cercetătorii au descoperit o modalitate de a crea un combustibil alternativ pentru avioane prin recoltarea unei molecule unice de carbon, produsă de o bacterie din sol.

„În chimie, tot ceea ce necesită energie pentru a fi produs va elibera energie atunci când este descompus", spune autorul principal al descoperirii, Pablo Cruz-Morales, microbiolog la Universitatea Tehnică din Copenhaga. Cruz-Morales a fost abordat de Jay Keasling, un inginer chimist de la Universitatea din California, care a avut ideea de a recrea Jawsamicina – o moleculă generată de o clasă de bacterii comune, numite stremptomice.

„Rețeta există deja în natură", afirmă Cruz-Morales, care notează că molecula este produsă de bacteriile care metabolizează glucoza. „Pe măsură ce consumă zaharuri sau aminoacizi, bacteriile le descompun și le transformă în blocuri de construcție. În corpul uman grăsimea este produsă în același mod, doar că acest proces bacterian dezvoltă niște elemente foarte fine, care conferă moleculelor capacitatea de a crea energie explozivă."

Potrivit lui Cruz-Morales, combustibilul produs de bacterii ar funcționa într-un mod foarte asemănător cu biodieselul. Acesta ar trebui să fie tratat astfel încât să se poată aprinde la o temperatură mai mică decât cea necesară pentru a arde un acid gras, dar când se aprinde ar fi suficient de puternic pentru a trimite o rachetă în spațiu – ceea ce îl face mult mai eficient decât combustubilii clasici, bazați pe petrol.

Cercetătorii, care și-au publicat descoperirile în revista Joule, *speră să extindă procesul în viitor, astfel încât combustibilul alternativ să poată fi utilizat la avioanele de pasageri.*

Metaversul – o viziune îndepărtată

Un pionier al internetului avertizează că metaversul, ajuns pe mâini greșite, are potențialul de a fi cea mai periculoasă tehnologie de la inventarea armelor nucleare încoace.

Brian Shuster, care are o experiență de 17 ani în domeniul metaversului și care și-a creat, de asemenea, propria lume digitală numită Utherverse, susține că metaversul ar putea fi folosit „pentru a spăla creierul unor populații întregi, punându-le sub controlul celor care-l gestionează".

Zuckerberg a descris metaversul ca fiind „succesorul internetului mobil", fiind un set de spații virtuale în care te poți juca, lucra și comunica cu alte persoane care nu se află în același spațiu fizic cu tine. Ideea este că vom petrece mai mult timp în lumea virtuală decât în lumea reală, iar directorul Meta afirmă chiar că omenirea se va muta în cele din urmă în metaversul său, lăsând realitatea

în urmă pentru o nouă lume pe care el o va controla.

„Nimic nu este întâmplător. Totul este generat algoritmic de computere și am văzut ce face Facebook cu algoritmii", a declarat Shuster. El consideră că metaversul ar putea crea generații de oameni izolați – așa cum a făcut deja Facebook – oameni care nu vor avea niciodată sentimentul adevărat a ce înseamnă să fii aproape de cineva și să îți pese de alții.

Deși metaversul lui Zuckerberg este încă la început, acesta a ajuns deja pe prima pagină a ziarelor pentru că este un loc periculos.

În luna mai, o femeie a fost violată virtual de un străin în Horizon Worlds (prima variantă a metaversului), în timp ce un alt utilizator privea scena fără să intervină, potrivit unui raport al SumOfUs, o organizație non-profit care militează pentru limitarea puterii tot mai mari a corporațiilor.

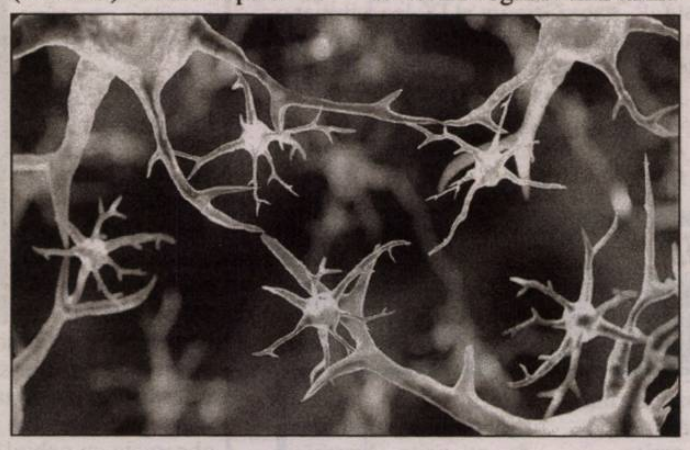
Totuși infrasturctura de calcul, stocare și rețea de astăzi nu este suficientă pentru a permite dezvoltarea metaversului, fiind necesară o creștere de 1000 de ori a puterii față de capacitatea colectivă actuală de calcul.

Riscul medicamentelor împotriva anxietății

Utilizarea medicamentelor împotriva anxietății poate expune o persoană la un risc semnificativ de a dezvolta declin cognitiv mai târziu în viață, iar oamenii de știință susțin că au găsit și explicația pentru aceasta.

Cercetătorii de la Organizația Australiană pentru Știință și Tehnologie Nucleară (ANTSO) au descoperit că medicamentele pot avea un impact asupra celulelor microgliale din creier. În esență, medicamentele acționează lent, dar inexorabil, asupra părții din creier care electrifică și activează celulele.

Milioane de oameni din întreaga lume folosesc aceste medicamente, iar legătura dintre ele și un risc crescut de declin cognitiv mai târziu în viață este cunoscută de mult timp.



Cercetătorii speră că descoperirea lor va deschide ușa către o nouă clasă de medicamente care să aibă un impact mai redus pe termen lung asupra sănătății creierului. „Această observație este importantă, deoarece se crede că utilizarea pe termen lung a medicamentelor antianxietate contribuie la accelerarea demenței și nu se știe cum ar putea să se întâmple acest lucru", a declarat Richard Banati, profesor la ANTSO.

„Celulele microgliale sunt mici și foarte mobile, făcând parte din matricea non-neuronală în care sunt încorporate celulele nervoase. Această matrice constituie o parte substanțială a creierului și influențează de fapt în mod direct funcționarea rețelelor neuronale." Echipa a testat diazepamul, un medicament obișnuit pentru anxietate, pentru a vedea cum influențează sistemul neurologic la șoareci și a descoperit că el nu a ajuns direct la sinapse, ci la celulele microgliale.

„Medicamentul a schimbat activitatea normală a celulelor microgliale și, indirect, funcția de întreținere pe care acestea o au la nivelul celulelor nervoase", a explicat Banati. Acest lucru ar putea explica de ce unii dintre cei care iau acest medicament suferă de oboseală severă, demență și alte probleme cognitive mai târziu în viață.

Cercetările se află încă în stadii incipiente, dar descoperirile revoluționare deschid ușa către o nouă clasă de medicamente împotriva anxietății, care pot împiedica impactul acestei afecțiuni mentale fără a provoca daune pe termen lung asupra creierului.

Descoperirea vine într-un moment binevenit, deoarece numărul oamenilor care folosesc aceste medicamente a crescut cu peste 20% în timpul pandemiei – cei mai afectați fiind tinerii.

Delfinii își tratează infecțiile

Unii delfini cu afecțiuni ale pielii folosesc o soluție ingenioasă pentru a se trata, au descoperit experții, după ce i-au observat formând o coadă ordonată pentru a se freca de corali. Potrivit studiului, animalele sunt selective în căutarea unor anumite tipuri de coral care au proprietăți medicinale prin mucusul pe care îl eliberează. Principala autoare a studiului, Angela Ziltener, zoolog la Universitatea din Zürich, Elveția, a observat pentru prima dată delfinii frecându-se de corali în urmă cu 13 ani, în nordul Mării Roșii, în largul coastelor egiptene. „Nu mai văzusem descris până atunci acest comportament de frecare de corali și era clar că delfinii știau exact ce coral vor să folosească. M-am gândit că trebuie să existe un motiv", a spus ea.

Cercetătorii au reușit să se scufunde alături de un grup de delfini pentru a identifica și a preleva probe din coralii de care animalele se frecau. Ei au observat că, făcând acest lucru în mod repetat, delfinii cu bot turtit, care trăiesc în oceanele Pacific și Indian, agitau micii polipi care alcătuiesc comunitatea de corali, iar nevertebratele eliberau o cantitate de mucus. Când experții au analizat probele, au descoperit că mai multe specii de corali, precum *Rumphella aggregata, Sarcophyton* și buretele *Ircinia* produceau o substanță cu proprietăți antibacteriene și antioxidante. Această descoperire a determinat echipa să emită ipoteza că mucusul coralilor și al bureților are rolul de a regla microbiomul pielii delfinilor și de a trata infecțiile.

„Frecarea repetată de corali, susține Ziltener, permite ca metaboliții activi să intre în contact cu pielea delfinilor. Acești metaboliți i-ar putea ajuta pe delfini să realizeze homeostazia pielii și ar putea fi utili pentru profilaxia sau tratamentul auxiliar al infecțiilor microbiene."

Între două sieste, delfinii se trezesc adesea pentru a efectua ritualul de frecare de corali. „Este aproape ca și cum ar face un duș: delfinii se curăță înainte de a se culca sau de a se trezi pentru o zi", a adăugat Ziltener.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Persecuţia pisicilor a cauzat Moartea Neagră?

Pe 13 iunie 1233, Papa Grigore al IX-lea a emis o bulă papală numită** Vox in Rama **care lega pisicile de satanism şi vrăjitorie. Ca atare, s-a declanşat o vânătoare groaznică împotriva bietelor feline, torturate şi sacrificate în număr mare.

Mulţi cercetători cred că din cauza numărului redus de pisici, Moartea Neagră, purtată de şobolanii din Orient, a reuşit să se instaleze în Europa. Astfel, ca o consecinţă a aversiunii papale faţă de feline, aproximativ jumătate dintre europeni au murit în cea mai fatală pandemie din istoria omenirii. Dar cât de adevărată este această poveste?

În primul rând, de ce a emis papa Grigore al IX-lea *Vox in Rama?* Credinţele eretice erau în creştere la acea vreme, iar multe dintre ele, cum ar fi cea a valdenzilor sau cea a catarilor, contestau direct biserica catolică. Acest lucru trebuia să ia sfârşit. Astfel, Grigore al IX-lea a înfiinţat inchizitori şi a pus bazele tribunalelor bisericeşti.

Anchetele declanşate de numeroşii inchizitori papali au scos la iveală numeroase „mărturii" (obţinute, evident, prin tortură), în care pisicile, în special cele negre, erau demascate ca întrupări ale diavolului.

De asemenea, ele au fost asociate cu vrăjitoria, ceea ce a dus la o explozie de acuzaţii şi persecuţii. Arderea pe rug a pisicilor a devenit populară în Franţa medievală, bietele creaturi fiind prinse în cuşti şi arse pe foc sau pur şi simplu incendiate. În Danemarca, în Fastelavn, oamenii băteau pisicile până la moarte pentru a alunga răul, în timpul Postului Mare. În Ypres, Belgia, exista obiceiul de a arunca feline de pe clopotniţele bisericilor şi apoi de a le arde în cadrul festivalului Kattenstoet – festivalul încă mai are loc, dar cu pisici împăiate. Episcopii din regatele germane îi porecliseră pe eretici „ketzer" (după katzke, care înseamnă pisică), iar unii chiar îi numeau „katzenkussers" – cei care sărută pisici.

Nu este de mirare că, atunci când o varietate deosebit de letală

a ciumei bubonice – Moartea Neagră – a ajuns în Europa, în 1346, numeroşi istorici şi savanţi de mai târziu au pus-o pe seama unui secol de persecuţie a pisicilor.

Mai puţine pisici ar fi dus, în mod logic, la mai mulţi şobolani, iar şobolanii erau, se ştie, purtătorii ciumei. Totuşi, există puţine dovezi că uciderea în masă a pisicilor a dus la Moartea Neagră.

În primul rând, ciuma a sosit la peste un secol după *Vox In Rama.* Este posibil ca pisicile să fi fost nepopulare, dar nu este clar dacă persecutarea lor a fost menţinută cu aceeaşi râvnă în următorii o sută de ani, ca în anii 1230. Nu există cifre exacte cu privire la numărul animalelor ucise, dar chiar şi aşa, pisicile se pot înmulţi destul de repede, au abilităţi puternice de supravieţuire şi sunt greu de prins.

Alte câteva amănunte importante fac ca povestea să fie mai puţin probabilă. Se pare că este adevărat că ciuma bubonică a fost iniţial răspândită de puricii care trăiau pe şobolani.

Puricii poartă bacteria *Yersinia pestis* (care provoacă ciuma) în intestinul lor. Dar puricii nu sunt pretenţioşi şi vor infecta cu plăcere oamenii, câinii şi, în mod ironic, pisicile. Pe de altă parte, Moartea Neagră nu a fost nici prima şi nici ultima epidemie de ciumă. Existaseră multe epidemii înainte, nu în ultimul rând în Egiptul Antic, unde pisicile erau venerate, dar şi în Bizanţul începutului de Ev Mediu – faimoasa „ciumă a lui Justinian" – unde existau o mulţime de pisici.

Aşadar, pare foarte puţin probabil ca ciuma să fi ajuns în Europa din cauza faptului că papa Grigore al IX-lea a iniţiat o epurare împotriva pisicilor. Fie că oamenii le-au iubit sau le-au urât, pisicile nu au avut probabil nicio legătură cu ciuma sau venerarea diavolului, indiferent de culoarea lor.

Fotodocument

Sfântul şi ateul

În această fotografie legendară, Mao Zedong, primul lider al Chinei comuniste, zâmbeşte, încadrat de cele mai mari personalităţi ale religiei budiste – Panchen Lama (al doilea în ierarhia budistă) şi actualul Dalai Lama (în dreapta imaginii). Cei trei intră în Sala Qinzheng, pe 11 septembrie 1954, cu patru zile înainte de începerea primei legislaturi a Congresului Naţional al Poporului – cel mai înalt organ al puterii din China comunistă.

Noaptea în care sfârşitul lumii nu a mai venit

Ocazia de a vedea un meteor străbătând cerul nopţii este un fenomen îmbrăţişat în întreaga lume ca un exemplu de frumuseţe naturală. A asista la o ploaie de meteori este un eveniment şi mai rar şi foarte aşteptat.

Cu toate acestea, a existat cândva în istorie o perioadă în care astfel de evenimente cosmice inspirau teroare, inclusiv în 1833, când o ploaie de meteori deosebit de puternică a creat teroare şi i-a făcut pe mulţi oameni să creadă că vine sfârşitul lumii.

Leonidele sunt o ploaie prolifică de meteori asociată cu cometa Tempel-Tuttle – cunoscută şi pentru furtunile spectaculoase de meteori pe care le declanşează la fiecare 33 de ani. Cu un vârf în luna noiembrie, ele sunt printre cele mai impresionante evenimente astronomice care pot fi observate cu ochiul liber de pe Pământ.

Pe 12-13 noiembrie 1833 a avut loc o furtună leonidă diferită de aproape oricare alta din istoria înregistrată. Potrivit estimărilor, pe parcursul a aproximativ 9 ore au căzut până la 240.000 de meteori!

La apogeu, se crede că au trecut pe cer între 50.000 şi 100.000 pe oră, aceştia fiind complet vizibili de pe întreaga suprafaţă a Americii de Nord, la est de Munţii Stâncoşi. Liderul mormon Joseph Smith a consemnat în jurnalul său o notă potrivit căreia evenimentul ar fi semnalat sosirea iminentă a celei de-a doua veniri a lui Iisus Hristos.

Un fermier din Alabama a raportat că a fost trezit de toată agitaţia celor care observau furtuna. Ieşind în grabă din casa sa, el a strigat: „Lumea se apropie de fapt de sfârşit, căci stelele cad". Apoi a jurat că nu va mai bea niciodată o picătură de alcool dacă va supravieţui nopţii.

Amanda Young era în 1833 o tânără sclavă din Tennessee (a murit în 1920). Ea s-a trezit în mijlocul furtunii, fără să ştie ce se întâmplă, dar a păstrat pentru totdeauna amintirea a ceea ce s-a petrecut în acea noapte: „Stele mari coborau foarte aproape de pământ şi chiar înainte de a atinge pământul ardeau! Eram cu toţii speriaţi. Unii dintre oameni ţipau, iar alţii se rugau. Făceam atâta zgomot, încât albii au ieşit să vadă ce se întâmplă. S-au uitat în sus şi apoi s-au speriat şi ei. Dar apoi, albii au început să-i cheme pe toţi sclavii laolaltă şi să le spună unora dintre ei cine le erau mamele şi taţii, cui fuseseră vânduţi şi unde. S-au asigurat că ştim cu toţii ce s-a întâmplat... vedeţi, au crezut că venise Ziua Judecăţii." Mai mult, proprietarii de sclavi au fost atât de îngroziţi de faptul că Ziua Judecăţii era iminentă, încât au început să prezinte scuze şi să ofere despăgubiri celor pe care îi ţineau în sclavie!

Lipsa unor cunoştinţe substanţiale despre meteori, ca să nu mai vorbim de Leonide, a contribuit la provocarea panicii şi incertitudinii din 1833. De asemenea, circulaţia lentă a ştirilor la acea epocă a făcut să treacă multă vreme până când oamenii de ştiinţă să explice fenomenele şi să calmeze opinia publică, asigurându-i pe superstiţioşii lor contemporani că sfârşitul lumii nu va avea loc curând...

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

21 iulie 356 î.Hr.

Herostratus incendiază Templul lui Artemis

Pe 21 iulie 356 î.Hr. s-a născut Alexandru cel Mare. În aceeaşi zi, Templul lui Artemis, una dintre cele şapte minuni ale lumii antice, a fost incendiat de un piroman pe nume Herostratus.

„Eu însumi am dat foc templului. Nu aş fi putut împărţi această victorie cu nimeni altcineva. Am simţit groaza până în încheieturi. Acum s-a terminat. La început, am fost foarte speriat, apoi totul a dispărut odată ce mi-am imaginat faima pe care o voi avea...", a afirmat piromanul, ulterior, în faţa autorităţilor.

Herostratus era un tânăr grec din Efes, oraş ale cărui ruine se află în actuala provincie Izmir (Smyrna) din vestul Turciei. El era dornic să rămână cumva în istorie şi să moară ca om renumit, iar pentru a-şi atinge scopul a incendiat splendidul templu în-

chinat lui Artemis, zeiţa greacă a vânătorii.

Ulterior, a fost prins şi torturat de autorităţi. Herostratus a fost nu doar executat, ci şi condamnat la damnatio memoriae (condamnarea memoriei), pedeapsă care interzicea ca numele vinovatului să mai fie rostit de cineva sau să mai fie vreodată menţionat în surse scrise.

După cum se pare, numele său nu a dispărut, aşa cum au decretat instanţele greceşti. Dimpotrivă, de la acest eveniment a fost inventată sintagma de „faimă herostratică", însemnând „a face orice pentru a obţine gloria".

Templul lui Artemis era renumit în întreaga lume datorită dimensiunilor sale vaste, de aproximativ 110 pe 55 de metri, şi a operelor de artă uimitoare pe care le adăpostea. După ce templul a fost incendiat, locuitorii din Efes au fost nedumeriţi de o întrebare: de ce zeiţa Artemis nu-şi protejase totuşi templul?

Dar s-a găsit şi răspunsul la întrebare: superstiţioşii oameni ai acelor vremuri au afirmat că zeiţa ar fi ajutat la naşterea lui Alexandru cel Mare, lăsându-şi astfel templul nesupravegheat timp de o zi.

După ce a fost incendiat, templul a fost reconstruit, de data aceasta mai mare şi mai grandios. Disponibil pentru oamenii din Efes ca principal loc de cult pentru alte câteva secole, templul lui Artemis va fi însă devastat de invadatorii goţi în 262 d.Hr., pentru a nu mai fi reconstruit niciodată.

E bine de ştiut

Tusea este acel simptom care însoţeşte patologii dintre cele mai diverse, de la simplul guturai, la astm sau la afecţiuni grave, pulmomare ori cardiace. Ca să nu mai amintim de prezenţa covidului în tabloul medical mondial, ce declanşează şi tuse.

Dacă vă confruntaţi de mai multă vreme cu pusee de tuse, cel mai înţelept lucru este să consultaţi un medic, care va stabili originea problemei.

Tusea persistentă, simultan cu secreţii nazale abundente pot fi consecinţa unei răceli banale, dar şi a unei rinite alergice.

Un astmatic îşi dă seama când tusea precede un acces specific, inhalatorul prescris de medic

Cauze multiple

fiind esenţial. În cazul fumătorilor, tusea productivă este un simptom frecvent, mai ales dimineaţa. Astfel, bronhiile încearcă să se cureţe de noxele tabagice.

Tusea uscată, manifestată cu precădere pe timpul nopţii, însoţită de oboseală ce apare chiar şi la eforturi mici poate fi o consecinţă a unei maladii cardiace, cum ar fi insuficienţa cardiacă.

O cauză destul de frcventă a tusei este refluxul gastro-esofagian. Accesul de tuse apare îndată ce bolnavul se întinde în pat. Este o tuse reflexă, iritativă, dată de aciditatea stomacului, fenomen care se declanşează pentru eliberarea căilor respiratorii.

În cazul bronşitei cronice şi a astmului tusea este declanşată de inflamaţia de la nivelul bronhiilor.

V-am oferit suficiente argumente pentru ca eventualele suspiciuni legate de natura tusei de care suferiţi să vă determine să consultaţi medicul.

Dr. ANDY ANDREI

Pentru dumneavoastră, doamnă

În căutarea bunei dispoziţii...

Multe persoane nu-şi mai regăsesc buna dispoziţie şi zâmbetul de altădată. Fie că dau vina pe anii de „pandemie", fie că invocă greutăţile curente ale vieţii, tristeţea le umbreşte frumuseţea chipului. Şi nu numai atât. Se plâng, pe bună dreptate, de lipsă de energie, oboseală accentuată şi stări depresive. Medicii vin cu soluţii salvatoare.

Aşa cum argumentam săptămâna trecută, mişcarea, dar nu numai ea, este un antidot natural al stresului. De această dată vom stărui asupra câtorva alimente capabile să vă ridice moralul.

Despre carnea de curcan se spune că... alungă tristeţea. Cheia stării de bine este un neurotransmiţător, bine cunoscuta serotonină. În afară de glucide care influenţează nivelul de serotonină, triptofanul este un aminoacid cu acelaşi efect. Şi cum carnea de curcan este unul dintre alimentele cele mai bogate în triptofan e limpede de ce vă poate aduce zâmbetul pe faţă.

Omega 3 este un acid care se găseşte în peştele gras şi care ajută la prevenirea cancerului, a bolilor de inimă, dar şi pentru ameliorarea stărilor depresive. Studiile arată că o alimentaţie bogată în peşte oceanic (ton, somon, sardine, hering) înlătură depresia şi ateroscleroza.

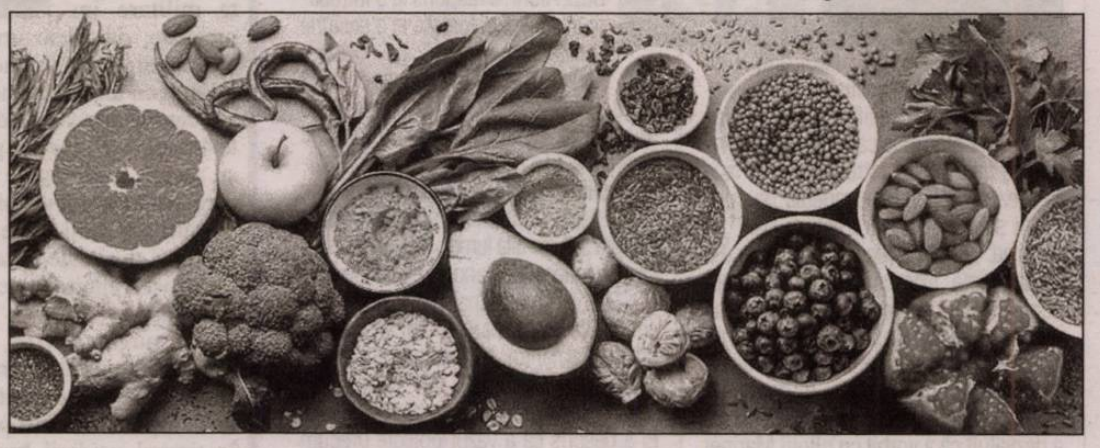
Vitaminele B sunt esenţiale pentru buna funcţionare a creierului şi în lupta cu stresul. Cele mai bune surse sunt ficatul de vită, mazărea, fasolea boabe, lintea, cerealele şi legumele verzi.

Dacă vă simţiţi epuizată şi nu vă puteţi concentra este posibil să aveţi o lipsă de magneziu. Acest mineral este esenţial în prevenirea consecinţelor negative ale stresului. Cereale integrale la micul dejun şi câteva pătrăţele de ciocolată neagră vor atenua repede carenţa de magneziu.

În schimb, carenţa de fier provoacă nu numai oboseală şi lipsă de energie, ci creează şi o stare de iritabilitate. Pentru reechilibrarea nivelului de fier din organism se recomandă o dietă cu ficat sau carne roşie şi legume bogate în fier vegetal, ca spanac, mazăre şi linte.

Dacă ar fi să stabilim un top al primelor 5 alimente la care să apelaţi pentru a vă ridica moralul şi a vă reapărea zâmbetul, acesta ar arăta aşa:

1. ***Bananele,*** bogate în triptofan, magneziu şi potasiu, adică cele trei substanţe care anihilează efectele negative ale stresului.
2. ***Germenii de grâu*** sunt bogaţi în vitaminele B şi în seleniu, nutrienţi care diminuează nervozitatea.
3. ***Fructele uscate,*** precum smochinele şi caisele, sunt bogate în magneziu, mineral care vă ajută să gestionaţi mai bine momentele de stres şi de anxietate.
4. ***Ouăle,*** bogate în triptofan şi în vitamina A, combat stările de tristeţe, de epuizare şi stimulează capacitatea de concentrare.
5. ***Avocado*** conţine o cantitate mare de vitamina E şi glutamine, substanţe care controlează nivelul de insulină şi îi dau pielii strălucire.



Dosarele frumuseţii

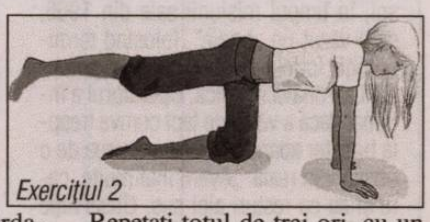
Pregătiri pentru plajă

Cu certitudine, cu această serie de exerciţii bine ţintite, făcute zilnic sau o dată la două zile veţi fi perfectă în costumul de baie în această vară.

Primul exerciţiu: cu picioarele flexate, mâinile sprijinite de sol, în spate, formând un unghi drept cu corpul (vezi foto) şi o linie orizontală care porneşte de la genunchi spre umeri. Coborâţi bazinul spre sol, apoi ridicaţi-l. Efectuaţi 3 serii de 10 ridicări, cu 1 minut pauză după fiecare serie.

Exerciţiul 1

Exeerciţiul al doilea: în genunchi, mâinile la sol în poziţie verticală faţă de umeri, braţele întinse, încordate, întindeţi un picior spre spate, formând o linie orizontală între picior, şold şi umăr, fără arcuiri. Retrageţi pieptul astfel încât spatele să fie plat. Readuceţi genunchiul spre piept, apoi întindeţi gamba. De 10 ori gamba dreaptă, apoi cea stângă. Repetaţi totul de trei ori, cu un minut şi jumătate pauză după fiecare serie.



Exerciţiul 2

Exerciţiul al treilea: aşezată, cu picioarele flexate, bine fixate la sol, stângul trece peste genunchiul drept, care rămâne flexat (vezi foto). Cu mâna dreaptă ridicaţi piciorul stâng în timp ce mâna stângă se sprijină de genunchiul stâng. Menţineţi coloana vertebrală dreaptă.

Exerciţiul 3

Menţineţi poziţia şi presiunea timp de 20 de secunde, apoi faceţi acelaşi exerciţiu cu cealaltă parte. Repetaţi totul de 3 ori.

Zonele unde se localizează celulele adipoase sub influenţa hormonilor sunt coapsele şi abdomenul inferior. Prin activitatea fizică pe care o faceţi, acestea pierd volumul şi se diminuează.

Gastronomice

Conopidă cu smântână

O conopidă, 500 g smântână, o lingură unt, pesmet, sare.

Se spală conopida, se pune apă cu sare la fiert şi când clocoteşte se adaugă conopida. Se lasă să fiarbă şi când este gata se scoate şi se desface în buchetele. Se ia un vas de sticlă incasabilă uns cu unt şi se aşază în rânduri conopida, se stropeşte cu unt, se presară pesmet prăjit în unt şi smântână. Se dă la cuptor pentru 10 minute.

Spaghete tiroleze

300 g spaghete, 250 g ciuperci, 150 g unt, 150 g smântână, 150 g şuncă presată, 100 g caşcaval, 100 g făină, 2 căţei usturoi, 25 g zahăr tos, sare.

Se fierb spaghetele în apă cu sare, se strecoară, se dă printr-un jet cu apă rece şi se amestecă bine cu 50 g unt fierbinte. Restul de unt se pune la topit, se adaugă făina şi se rumeneşte. Se stinge cu zeama de oase şi muştar, zahăr tos, sare. Ciupercile tocate mărunt şi fierte împreună cu şunca presată tăiată cubuleţe se pun peste spaghetele şi cu sosul rezultat. Când se serveşte, se presară deasupra caşcaval ras.

Dovlecei la cuptor

5 dovlecei mijlocii, 200 g caşcaval ras, 4 roşii, ulei, sare, mărar verde, unt, smântână.

Se curăţă dovleceii de coajă, se taie rondele. Se prăjesc în ulei încins pe ambele părţi, întorcându-i mereu. Se ia un vas de sticlă incasabil sau o cratiţă şi se aşază un rând de dovlecei prăjiţi, un rând de caşcaval, un rând de felii de roşii şi tot aşa până se termină cu un rând de dovlecei deasupra, peste care se pun caşcaval şi verdeaţă. Se adaugă bucăţele de unt şi smântână. Se dau pentru aproximativ 15 minute la cuptor.

Caise cu frişcă

10 caise, 250 g zahăr, ½ pahar apă, 500 g frişcă.

Se spală caisele, se scot sâmburii, se taie jumătăţi sau sferturi. Se prepară un sirop din zahăr cu apă. Când siropul este gata şi clocoteşte, se adaugă caisele. Se lasă să dea un clocot. Se scot pe un platou. Se lasă să se răcească. Deasupra se pune frişca şi se ornează cu bucăţi de caise.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

NASA acordă atenţie OZN-urilor

La câteva zile după prima audiere publică din ultimii 50 de ani privind fenomenul OZN/UAP, organizat pe 17 mai 2022, în Comitetul de Informaţii al Camerei SUA, Administraţia Naţională Aeronautică şi Spaţială (NASA) a confirmat oficial că se alătură anchetei asupra OZN-urilor şi îşi va intensifica eforturile pentru a ajuta ancheta guvernului în acest sens.

Un purtător de cuvânt al agenţiei a declarat pentru *DailyMail.com* că „evaluează cum să ne oferim expertiza în observarea Pământului din spaţiu, pentru a îmbunătăţi înţelegerea UAP-urilor". O sursă a spus că proiectul va include probabil şi strângerea de dovezi de la astronauţii care au avut întâlniri OZN, ca şi revizuirea imaginilor din misiunile anterioare. Va fi un fel de grup de lucru care va ajuta complementar la activitatea în acest sens a Departamentului Apărării (DoD).

Prin noul proiect, administraţia implică extraordinara pondere ştiinţifică a NASA în căutarea de posibile semne de viaţă extraterestră, nu doar pe planete îndepărtate, ci chiar aici, pe Pământ.

Un purtător de cuvânt al NASA a confirmat că agenţia „evaluează cum să furnizeze expertiză în observarea Pământului din spaţiu, pentru a îmbunătăţi înţelegerea UAP-urilor" şi „s-a consultat cu mai multe entităţi guvernamentale" – dar a negat că îşi înfiinţează propriul birou UAP dedicat.

Mişcarea a venit la o săptămână după ce Comitetul de Informaţii al Camerei a avut prima audiere publică despre OZN-uri în 54 de ani, în care membrii panelului i-au luat la întrebări pe directorul adjunct al Informaţiilor navale Scott Bray şi pe subsecretarul pentru Informaţii şi Securitate Ronald Moultrie.

Strângerea dovezilor

O sursă a NASA afiliată guvernului SUA şi familiarizată cu cercetarea UAP a declarat pentru *DailyMail.com* că proiectul va include probabil strângerea de dovezi de la toţi astronauţii care au întâlnit obiecte neidentificate în spaţiu şi reexaminarea imaginilor şi datelor din misiunile anterioare pentru a ajuta la investigarea tuturor întâlnirilor anormale.

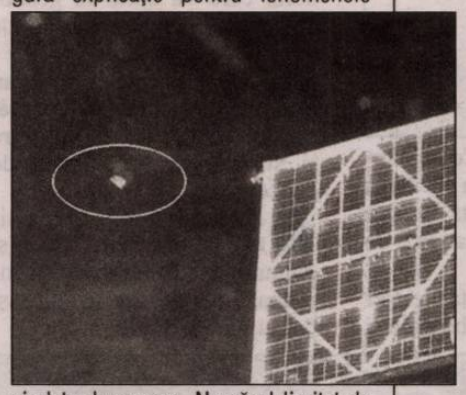
Sursa a adăugat că activitatea NASA va completa grupul operativ UAP al Departamentului Apărării, însărcinat de Congres cu investigarea ameninţărilor reprezentate de obiectele inexplicabile din spaţiul aerian american şi nu numai.

„Va fi un fel de grup de lucru care va ajuta la sprijinirea DoD", a spus sursa. „Bănuiesc că va fi o combinaţie de eforturi care va include, probabil, depoziţiile personale ale martorilor oculari ale angajaţilor NASA şi ale astronauţilor, şi apoi poate o revizuire a imaginilor vechi de arhivă pentru a evalua dacă există unele constatări în arhivele NASA care pot ajuta AOIMSG" *(Airborne Object Identification and Management Synchronization Group)*, grupul operativ oficial OZN al DoD. Sursa a dezvăluit că echipa OZN a Pentagonului a solicitat deja, ca parte a investigaţiilor sale, imagini de la camerele navetelor de la unele dintre misiunile spaţiale ale NASA. „Au existat câteva presupuse incidente care au implicat astronauţi NASA şi misiuni NASA care implică UAP", a declarat sursa. „Cred că NASA face ceea ce trebuie, abordând acest subiect pe faţă, în loc să-l ignore."

La audierea din Congres a fost prezentat un videoclip luat dintr-un cockpit al Marinei, într-o zonă de antrenament şi care arată un obiect sferic plutind lângă aeronavă. Alte imagini, obţinute prin amabilitatea Departamentului Apărării al SUA, arată interacţiuni cu „fenomene aeriene neidentificate" captate de piloţii marinei.

O purtătoare de cuvânt a administraţiei spaţiale a declarat că „s-a consultat cu mai multe entităţi guvernamentale cu privire la modul de aplicare a instrumentelor ştiinţei pentru a face lumină asupra naturii şi originii fenomenelor aeriene neidentificate – informaţii care sunt importante pentru agenţie într-o perspectivă ştiinţifică".

Purtătorul de cuvânt, ofiţerul senior de comunicare ştiinţifică Karen Fox, a subliniat că extratereştrii nu sunt singura explicaţie pentru fenomenele



ciudate de pe cer. „Numărul limitat de observaţii de înaltă calitate ale fenomenelor aeriene neidentificate, care include obiecte raportate care nu pot fi identificate imediat de către persoane, face în prezent imposibilă tragerea de concluzii ştiinţifice despre natura UAP", a spus ea. „NASA a recunoscut deja că a căutat viaţă extraterestră în sistemul nostru solar", a spus sursa anonimă afiliată guvernului. De data aceasta au decis să se concentreze pe acest subiect puţin mai aproape de casă.

Anul trecut, şeful NASA, Bill Nelson, a dezvăluit că a vorbit cu piloţii Marinei care au întâlnit obiecte care zburau cu capacităţi extraordinare în largul coastei SUA în 2004 şi şi-a exprimat deschiderea faţă de ideea unei vieţi extraterestre avansate. „Am vorbit cu aceşti piloţi şi ei ştiu că au văzut ceva, iar radarele lor s-au fixat pe ceva", a spus Nelson într-o discuţie din octombrie 2021 găzduită de Universitatea Virginia. „Ei nu ştiu ce este. Şi nu ştim nici noi ce este. Sperăm că nu este un adversar de aici de pe Pământ care are acest tip de tehnologie. Dar ceva este".

Şeful NASA a mai spus: „Nu ştiu răspunsul" dacă „tic-tac-urile" întâlnite de piloţi sunt extratereştri, dar a adăugat: „Cine sunt eu să spun că planeta Pământ este singura locaţie a unei forme de viaţă care este civilizată şi organizată ca a noastră?"

Cercetătorii OZN au analizat cu atenţie imaginile din misiunile anterioare ale NASA, despre care unii cred că arată posibile nave controlate inteligent. Unul dintre cele mai cunoscute este filmul din 12 septembrie 1991 captat de naveta spaţială Discovery în misiunea *STS-48* a NASA. O cameră de pe navetă a surprins obiecte strălucitoare care păreau să zboare deasupra Pământului, să schimbe direcţia şi să accelereze rapid în spaţiu. NASA a declarat pentru History Channel că nu mai are filmările, dar cercetătorii au păstrat copii şi le-au distribuit public.

Comandantul misiunii *Skylab 3* din 1973, Alan Bean, a spus că a văzut un obiect roşu, strălucind intermitent, timp de 20 de minute şi a notat asta în jurnalul său: „am văzut o lumină roşie strălucitoare cu o perioadă de 10 secunde. A devenit mai luminoasă şi a plutit împreună cu noi timp de 20 de minute sau mai mult. A fost cel mai strălucitor obiect pe care l-am văzut". Observaţia lui Bean şi a membrilor echipajului său a fost documentată într-un raport *Skylab 3*.

„Fulgi de zăpadă"

Owen Garriott, membru al echipajului său, a făcut fotografii. Pe baza fotografiilor şi a timpului necesar pentru a dispărea în spatele orizontului, experţii au calculat că obiectul putea să aibă o lungime de aproximativ 200 de metri. Poate că astronautul cel mai deschis în privinţa OZN-urilor a fost regretatul Edgar Mitchell, al şaselea om care a păşit pe Lună. El a susţinut că o „cabală de persoane din interior" acoperă recuperările istorice de accidente OZN şi contactele cu extratereştri. NASA a spus atunci că nu împărtăşeşte părerile sale.

Astronautul de la *Apollo 11* Buzz Aldrin a răspuns la o întrebare despre extratereştri la o sesiune „Întreabă-mă orice" pe forumul web Reddit în 2014, spunând că a văzut „pe fereastră o lumină care părea să se mişte alături de noi" în drumul său spre Lună. El a adăugat: „Au existat multe explicaţii despre ceea ce putea fi, altele decât o altă navă spaţială dintr-o altă ţară sau din altă lume", inclusiv Soarele care se reflectă pe panourile abandonate.

Defunctul astronaut şi fost senator John Glenn, primul american care a orbitat Pământul, a contribuit, în 2007, la înfiinţarea biroului OZN al DoD împreună cu regretatul senator Harry Reid. El a descris că a văzut obiecte precum „fulgi de zăpadă" sau „licurici" plutind în jurul navei sale în timp ce se afla în spaţiu. Scepticii cred că erau cristale de gheaţă.

Astronautul *Gemini 7*, Jim Lovell, a transmis prin radio controlului de la sol, în timpul misiunii sale din 1965, că a văzut un „bogie", folosind terminologia forţelor aeriene pentru o potenţială aeronavă inamică. Operatorul a întrebat dacă a văzut de fapt cumva treapta booster abandonată sau e vorba de o observaţie reală. „Avem mai multe, care arată ca resturi aici sus. Observaţie reală" – a răspuns Lovell conform unei transcrieri a interacţiunii – „avem şi treapta booster în câmpul vizual". Fostul controlor de zbor de la Centrul Spaţial Johnson, James Oberg, a spus că ar fi fost probabil resturi spaţiale.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Gigantul din Kandahar

Există teorii potrivit cărora recentele războaie din Golf şi din Afganistan nu au vizat doar implementarea democraţiei occidentale, imensele resurse de petrol ori „industria" subterană a opiului afgan.

Un aspect niciodată menţionat în legătură cu intervenţiile militare sugerează operaţiuni de identificare şi de recuperare a unor elemente oculte, precum un legendar portal către alte dimensiuni, dar pe parcurs ar fi apărut şi ameninţări imprevizibile.

În 2002, un grup de soldaţi a dispărut în timp ce patrula într-o regiune montană îndepărtată din Kandahar, în sudul Afganistanului. Nereuşindu-se restabilirea contactului radio pentru o perioadă de timp, a fost trimisă în cercetare o echipă operaţională specială, deşi aparteneţa la o anume unitate a forţelor armate nu a fost niciodată confirmată.

Militarii au găsit în munţi o peşteră în care se aflau echipamente militare împrăştiate, dar nicio urmă de soldaţii dispăruţi. Atunci s-au întâlnit cu uriaşul Kandahar: o creatură humanoidă de peste 4 metri înălţime, cu păr roşu aprins, şase degete la fiecare mână şi picior şi două rânduri de dinţi, care purta încălţări din piele de animal şi mirosea puternic a corp în putrefacţie.

În august 2016, L.A. Marzulli a postat un interviu cu un antreprenor militar, care a susţinut că a fost prezent în timpul uciderii brutale a unei fiinţe pe care a numit-o „Gigantul Kandahar".

Incidentul a avut loc în timpul Operaţiunii Enduring Freedom din 2002, când armata a fost angajată în lupte aprige cu talibanii din provincie, în timpul invaziei americane. Însă făptura vânată sus, în munţi, nu ar fi fost un luptător uman şi avea o forţă ieşită din comun.

A ucis chiar unul dintre soldaţii forţelor speciale cu o suliţă, înainte ca restul unităţii să-l doboare după 30 de secunde de focuri de armă susţinute. După ce au raportat prin radio despre eveniment, cadavrul a fost ridicat cu un elicopter Chinook şi transferat pe un C-130, apoi transportat într-o locaţie necunoscută; membrii echipajului aeronavei au afirmat că respectivul cadavru cântărea mult peste 500 de kilograme!

Echipa era înarmată cu carabine M4 complet automate, „carabine de recunoaştere" (semi-automate) şi puşti antimaterial M107 Barrett, se arată într-un raport. O putere de foc a acestora concentrată pe o ţintă timp de o secundă, nemaivorbind de 30 de secunde, este extrem de distructivă.

Soldaţii participanţi sau martori la incident au fost obligaţi să semneze acorduri de confidenţialitate pentru ca guvernul să se asigure că nu vor dezvălui cele întâmplate. După apariţia interviului sus-menţionat, la solicitările unor ziarişti, Departamentul Apărării a declarat că nu deţine „nicio înregistrare sau informaţii despre un membru al forţelor speciale ucis de un gigant în Kandahar".

În plus, nu există comunicate de presă pe site-ul departamentului, care să implice fie o „trupă a forţelor speciale" care ar fi dispărut în Afganistan, fie vreun incident în care soldaţii au doborât un gigant. Cum era previzibil, negarea guvernului a alimentat mai multe teorii ale conspiraţiei.

Potrivit unor comentatori, creatura era din neamul Nephilimilor, un grup de oameni menţionaţi în cărţile Geneza şi Numeri ale Vechiului Testament despre care se spunea că sunt „oameni de mărime şi putere neobişnuit de mari", care vieţuiau în actualul Orient Mijlociu, atât înainte, cât şi după Potop.

Dar specialiştii în Biblie sunt în mare măsură de acord că poveştile despre Nephilimi erau metafore şi nu se bazau pe realitate. Chiar şi cu dovezile stivuite împotriva acestor relatări, povestea uciderii uriaşului este încă un „secret deschis" printre soldaţii care au luptat în Kandahar în 2002.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Peştera Limanu – un labirint subpământean

Lumea ascunsă sub picioarele noastre este cel puţin la fel de fascinantă ca minunăţiile de la suprafaţă, iar în sudul ţinutului dobrogean, nu departe de Callatis (astăzi Mangalia), faimoasa grotă de la Limanu (Caracicula, după numele vechii colonii) tăinuieşte povestea unui oraş săpat sub pământ, uimitor prin complexitatea alcătuirii sale şi datorită misterelor pe care încă le păstrează cu înverşunare în tenebre.

Oraşul de refugiu al dacilor

Vastul labirint întins pe circa 12 hectare a început să fie cercetat în anul 1916, când s-au descoperit primele urme lăsate de om, pereţi şi tavane sculptate, fragmente vechi de ceramică. Desene şi inscripţii parietale cu litere romane şi chirilice arată că grota a fost locuită între secolele I î.Chr. şi al X-lea d.Chr.

Galeriile măsoară peste 3,5 kilometri, constituind cea mai lungă peşteră din Dobrogea. Potrivit istoricilor, dacii o foloseau în special pentru a se ascunde de soldaţii proconsulului Marcus Licinius Crassus (115-53 î.Chr.), care a jucat un rol important în transformarea Republicii Romane în Imperiul Roman.

Primii oameni care au locuit în peştera Limanu utilizau un sistem de marcaj pentru a nu se pierde în meandrele labirintice ale galeriilor. Cercetătorii au apreciat chiar că acestea prezintă „ramificaţii haotice, asemănătoare reţelei de străzi a unui oraş antic".

Unii specialişti afirmă că o parte din ele au fost săpate de om, pereţii păstrând urme ale uneltelor folosite în acest scop. Legende locale sugerează că galeriile ar trece prin beciuri şi fântâni din Limanu, până în Bulgaria sau chiar în Turcia! Peştera este complet lipsită de stalactite şi stalagmite, fapt explicat prin absenţa infiltraţiilor de apă de la suprafaţă.

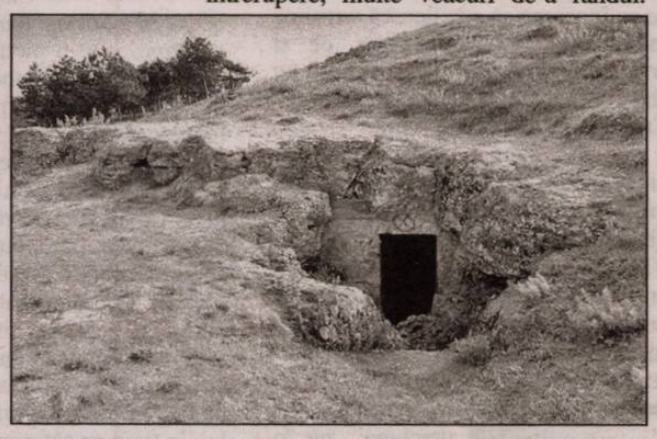
Ea este interesantă din punct de vedere biospeologic, găzduind o faună de nevertebrate bogată, a cărei principală sursă de hrană o constituie acumulările de guano de la coloniile de lilieci adăpostite aici mai ales iarna. În afara liliecilor, în peşteră pot fi întâlnite ocazional şi alte vertebrate: şerpi, broaşte ţestoase, vulpi, dihori.

Vocile tenebrelor

Unele galerii au secţiunea dreptunghiulară, foarte regulată, iar pentru evitarea prăbuşirii plafonului spaţiile mai largi au fost prevăzute cu ziduri de susţinere şi stâlpi din dale de calcar. Săpăturile arheologice demonstrează că o autoritate locală geto-dacă a ordonat extinderea şi amenajarea labirintului de la Limanu ca măsură de apărare împotriva pericolului roman.

Foarte interesante sunt şi desenele ce întruchipează cai în galop, în timp ce călăreţii sunt reprezentaţi din faţă, siluetele şi chipurile lor semănând frapant cu cele ale cavalerilor daci prezente pe multe vase descoperite în numeroase foste colonii din regiune, locuite de traco-daci.

Alte imagini relevă simboluri religioase creştine, litere şi cuvinte specifice alfabetului chirilic, care aparţin perioadei romano-bizantine şi epocilor următoare, ceea ce indică faptul că acest spaţiu subpământean a fost folosit, foarte probabil, fără întrerupere, multe veacuri de-a rândul.



Poveşti locale menţionează şi fenomene stranii: gemete înfricoşătoare ori vaiete prelungi de durere şi furie venite din pântecele pământului.

Deşi, potrivit unor superstiţii, acestea ar fi strigătele de avertizare ale paznicului intrării către cei ce îndrăznesc să calce pe pământul sacru al lui Zamolxe, cercetătorii afirmă că zgomotele ar fi făcute de vântul care străbate numeroasele galerii subterane, fiind percepute diferit de psihicul uman.

Între dovezile ştiinţifice şi legendele locului, multe detalii despre peştera labirintică de la Limanu rămân încă de descoperit. În perioada comunistă, se spune chiar că prin păienjenişul de galerii reuşeau unii fugari să ajungă în Bulgaria, de unde puteau trece mai uşor în lumea liberă. Eresuri şi superstiţii, spaime şi speranţe, toate adunate la un loc într-un spaţiu fascinant, dar în bună parte ferit de indiscreţia omului de azi.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Boghiş Băi

Situată în comuna Boghiş din judeţul Sălaj, Boghiş Băi este o staţiune balneoclimaterică cu caracter permanent, în continuă dezvoltare, amplasată pe o veche aşezare de daci liberi din secolele II-IV d.Hr.

Primele cercetări asupra apelor de aici au fost efectuate în perioada 1961-1966, fiind urmate de numeroase alte studii care atestă potenţialul terapeutic al apelor termominerale din zonă. De-a lungul anilor, Boghiş Băi a reprezentat o oază de recuperare şi relaxare pentru zeci de mii de turişti care vizitează anual zona. Cu toţii se pot bucura de proprietăţile terapeutice ale apei termale, de razele soarelui, de mâncarea gustoasă şi atent pregătită de localnici.

În prezent, Boghiş Băi pune la dispoziţia vizitatorilor, patru bazine exterioare pentru adulţi şi copii, un bazin interior, un restaurant cu meniu à la carte şi două terase. De-a lungul staţiunii se întinde una dintre cele mai bune zone de camping din regiune, mult căutată de turişti datorită multitudinii de copaci umbroşi. Staţiunea este alimentată de foraje cu apă minerală termală, bicarbonată sodică şi iodurată la temperatura de 42 de grade Celsius.

În urma analizei chimice şi microbiologice ale apei, Ministerul Sănătăţii Publice prin Institutul Naţional de Recuperare, Medicină Fizică şi Balneoclimatologie recunoaşte calităţile deosebite ale apei termale, din staţiunea Boghiş Băi, pentru tratarea a numeroase afecţiuni: reumatisme degenerative cronice – spondiloză cervicală, dorsală şi lombară, artroze şi poliartroze, reumatisme abarticulare, pareze uşoare şi sechele minore – redori articulare post traumatice, probleme survenite după operaţii pe muşchi, articulaţii şi oase, ori după entorse, luxaţii şi fracturi, afecţiuni ginecologice – insuficienţă ovariană, cervicite cronice, boli de nutriţie şi metabolism, boli dermatologice.

La Boghiş Băi se poate ajunge venind pe DJ 191 C, localitatea fiind situată la circa 40 km de Zalău.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Biserica Sfântul Ilie

Zilele acestea, Biserica Ortodoxă l-a prăznuit pe Sfântul Proroc Ilie Tesviteanul despre care în revista noastră s-a mai scris în câteva rânduri în acest colţ de pagină. Nevrând să ignorăm cu totul această sărbătoare, ne-am gândit să prezentăm cititorilor noştri o biserică dedicată acestui sfânt. De aceea ne-am oprit la Biserica Sfântul Ilie din Sinaia, un aşezământ mai puţin cunoscut de turişti dar deosebit de îndrăgit de localnici.

Oraşul Sinaia s-a dezvoltat în jurul mănăstirii cu acelaşi nume iar Castelul Peleş, reşedinţa de vară a familiei regale a dus la creşterea numărului de locuitori. De aceea s-a simţit nevoia ridicării unei biserici, Mănăstirea Sinaia, ridicată de spătarul Mihail Cantacuzino neputând fi suficient de ancorată în viaţa de fiecare zi a localnicilor.

În vara aului 1908, Mitropolia Bucureştilor îl trimite aici, ca preot de mir, pe Grigore Teodorescu. Acesta, în lipsa unei biserici slujeşte tot la mănăstire iar izbucnirea Primului Război Mondial întârzie ridicarea unei biserici parohiale. Parohia a fost înfiinţată totuşi legal în 1910 iar în 1928 a fost numit în parohie preotul Vasile Haisan (1903-1966) şi, prin osteneala sa a fost ridicată biserica între anii 1933-1939.

La aşezarea treptei de temelie, la 26 septembrie 1933, a fost oficiată o slujbă solemnă de sfinţire, de către patriarhul Miron Cristea, în prezenţa regelui Carol al II-lea, a familiei şi curţii regale şi a unor importante oficialităţi din Bucureşti,

Prahova şi Sinaia. Lucrarea a fost sponsorizată de soţii Emil şi Adina Costescu, proprietari ai uzinei Mefin, uzină care a dăruit şi marele candelabru ale cărui becuri reprezintă numărul zilelor anului. Biserica a fost sfinţită în 1939. Planurile după care a fost ridicată au fost realizate de arhitectul şef a oraşului Sinaia, profesorul Paul Smărăndescu. El a adoptat stilul bizantin-românesc din blocuri de piatră cioplită de Moroieni căptuşită cu cărămidă dublă. Au lucrat aici pietrari din regiunea muntoasă din Sinaia, Secăria, Comarnic şi Cornu.

Biserica are două turle, una dintre ele fiind clopotniţa. Catapeteasma este din zid şi pictată în frescă iar icoanele împărăteşti au rame din lemn de stejar învelite în argint sub formă de flori de crin. Întreaga biserică este pictată în frescă, tempera şi ulei, lucrarea fiind executată de pictoriţa Nina Arbore între anii 1938-1939. Pictura a fost restaurată în 1983 de pictorul Cristian Samoilă şi între 2002-2003 de pictorul bisericesc, profesor Tănase Mocănescu din Sinaia.

În anul 1983 biserica a fost resfinţită, slujba fiind oficiată de Preasfinţitul Roman Ialomiţeanul. Din 1976 s-au făcut numeroase reparaţii de la împrejmuirea curţii la refacerea acoperişului. Alături de biserică s-au construit o cantină socială şi o capelă mortuară.

IRINA STOICA

Culorile vântului

Pare o sfidare a logicii şi a raţiunii umane să se facă referire la un element imaterial şi invizibil în sine, ca şi cum ar putea avea însuşiri ce pot fi vizualizate.

Cum nimic nu este ţintuit definitiv pe firmamentul lumii, arta are libertatea totală de a sugera – nu neapărat şi nu cu prioritate în mod figurativ – ceea ce nu poate fi măsurat ori pus în forme fixe.

Captarea vântului, o forţă a naturii ce nu poate fi văzută, este o provocare pentru orice artist vizual care lucrează într-un mediu bidimensional. Numeroşi pictori, extinzând graniţele compoziţiei şi simbolismului, au folosit o varietate considerabilă de metode pentru a face acest lucru.

Tehnicile care creează mişcare şi sugerează direct ideea de dinamism în picturi sunt cheia acestei sinestezii şi simbioze artistice, deoarece a face lucruri să se mişte este singura modalitate de a percepe vizual vântul.

Ele exploatează opţiunea autorului, deoarece un tablou figurativ în care apar construcţii, ruine, o natură moartă sau personaje plasate într-un decor neutru nu pot sugera prezenţa şi rolul vântului. La polul opus, o pânză şi o şuviţă de păr, copacii şi valurile mării, norii şi ploaia reprezintă elemente ideale pentru a jongla pe pânză cu nevăzutul aflat în plină acţiune. Oare portretul-efigie al feminităţii care a fost inconfundabila Marilyn Monroe, ar mai fi avut astăzi aceeaşi valoare, dacă nu ar fi existat celebra imagine în care un curent de aer îi ridică actriţei poalele rochiei, în timp ce ea încearcă să stăvilească pornirea indecentă a vântului (fie el şi artificial!), în acelaşi timp afişând un chip ce pare că radiază de fericire? Cu mare probabilitate – nu!

Michelangelo, Capela Sixtină

În mod similar, cei care au zugrăvit pe pânză ori în crochiuri „portretul" efemer al vântului s-au folosit de diverşi catalizatori ai ideii estetice. Vântul, în artă, nu este nici personaj uman (cu excepţia evocării unor scene mitice), nicio creatură monstruoasă, nici mecanism inventat prin fantezii imprevizibile. Îşi asumă însă un rol de „Deus ex machina", nu în sensul originar, teatral al expresiei, ci literalmente ca element suprauman care însufleţeşte inanimatul.

Willem van de Velde cel Tânăr, „Ships In a Strong Wind"

Cu respectul cuvenit, să pătrundem acum în Capela Sixtină, din acea vatră a creştinismului care este Vaticanul. Într-un efect grandios, mai degrabă de factură cinematografică, Michelangelo generează „cadre" succesive ale naşterii Universului în mijlocul cerurilor aspre.

Deschizându-şi larg braţele, Creatorul îşi ridică degetul arătător şi Soarele iese din întuneric. Dar Atotputernicul se grăbeşte şi se îndepărtează, pentru a continua cu crearea altor lumi şi a noi galaxii. Zilele sunt puţine pentru a finaliza lucrarea demiurgică şi un vânt de acţiune îl animă atât de puternic, încât mantia lui roz irizată se ridică şi Dumnezeu este forţat să o reţină, în timp ce spatele îi apare neacoperit.

Un produs al „epocii de aur" a picturii olandeze, Willem van de Velde cel Tânăr a fost un pictor marin de mare succes, care s-a mutat la Londra în serviciul regelui Carol al II-lea. *Ships In a Strong Wind (Nave în vânt puternic)* este o pictură clasică înfăţişând o ambarcaţiune cu pânze condusă de vânt, vela fragilă fiind aparent singurul subiect distinct din pictură: o mică navă pregătindu-se să se ridice pe coama valului care se apropie, răscolit şi el de vânt. Linia şi umbrele pânzei maro, luminate cald, este singura culoare vie din scenă, restul picturii fiind dominat de negru şi gri, culori care creează un fundal sinistru, sugerând vremea ameninţătoare.

Steagul de pe catarg stă paralel cu marea, împins în afară de forţa vântului, în timp ce catargul se aplecă periculos, împins înapoi de forţa primară a furtunii care se apropie.

Furtuna făcând marea să fiarbă, copaci încovoiaţi sub asaltul vijeliei, oameni aplecându-se înainte pentru a înfrunta suflul nestrunit al naturii – iată numai câteva dintre imaginile pe care mulţi artişti plastici le-au imortalizat în lucrări ce ne arată fără echivoc că până şi nevăzutul se poate manifesta cât se poate de dinamic, uneori agresându-ne, alteori mângâindu-ne cu o aripă blândă şi ocrotitoare.

Cu măgarul în spinare

În lumea modernă, unele fotografii au devenit nu doar celebre, ci şi simboluri de diverse facturi, cum sunt cea cu soldaţii ruşi care arborează drapelul sovietic pe clădirea Reichstagului recent cucerit (de fapt, o regizare ulterioară) sau cu cei americani făcând un gest similar pe insula japoneză Iwo Jima.

O legendă falsă a circulat în legătură cu fotografia în care un soldat duce în spate un măgar. S-a relatat că militarul făcea parte din Armata Naţională Poloneză, implicată în luptele din Al Doilea Război Mondial şi că gestul său era motivat de traversarea unui câmp minat, unde animalul lăsat liber ar fi putut declanşa explozii catastrofale.

Fotografia, impresionantă a fost răspândită cu povestea respectivă, pentru a atrage atenţia

asupra necesităţii de respectare a măsurilor de prevenţie în diverse împrejurări periculoase, adresarea fiind către populaţie.

Povestea este că în realitate fotografia a fost făcută în Algeria, în 1958, deci la 13 ani de la data vehiculată iniţial.

Se relatează că numele soldatului este Harka şi că a servit în unitatea militară franceză „Semibrigada a 13-a a Legiunii Străine", staţionată în Algeria, colonie franceză la vremea respectivă, în timpul Războiul de independenţă (1954-1962). Se afirmă că Harka a fost un colonialist arab musulman, algerian pro-francez.

În numărul din 19 septembrie 1958 al revistei engleze Daily Mirror, s-a relatat că legionarul francez a salvat puiul de măgar înfometat, apoi din nou, în numărul din 16 februarie 1959, subiectul măgarului purtat de soldat în spate a fost dezvoltat. Astfel, s-a aflat că soldatul salvator al animalului, pe care îl găsise lihnit de foame, l-a dus la bază purtându-l în spate. Acolo a fost promovat, iar măgarului i s-a dat nume... de căprioară: Bambi.

San Serrife – republica inventată

În 1977, un jurnalist de la departamentul de publicitate – „Rapoarte speciale" al prestigioasei publicaţii *The Guardian* a venit cu o idee prin care să scoată din rutină genul de articole publicate. El a scris un „reportaj" de şapte pagini despre San Serriffe, o mică republică situată în Oceanul Indian, formată din mai multe insule... în formă de punct şi virgulă.

O serie de articole au descris geografia şi cultura acestei naţiuni obscure, iar detaliile absolut veridice au generat un interes uriaş din partea cititorilor care căutau un loc idilic unde să-şi petreacă vacanţele. Cu toate acestea, San Serriffe nu a existat de fapt niciodată. Şeful departamentului, Philip Davies, i-a convins mai întâi pe editorii ziarului să agreeze ideea sa, apoi au fost atrase în farsă şi câteva agenţii de publicitate, care au creat patru pagini de reclamă despre falsul subiect.

Raportul special începea astfel: „Cei zece ani de independenţă pe care San Serriffe îi sărbătoreşte astăzi au fost o perioadă de expansiune economică şi dezvoltare socială, probabil de neegalat de nicio altă naţiune nouă. Cu această realizare a desfăşurat o încercare hotărâtă, parţial de succes, de a menţine formele exterioare ale democraţiei parlamentare..."

Principalele articole ale suplimentului au inclus: „Cheia în trei puncte pentru prosperitate", (descrie modul în care economia San Serriffe a crescut datorită industriei fosfaţilor, turismului şi petrolului); „Votul bloc care a dus la pacea industrială" (despre soluţia unică a San Serriffe pentru cooperarea dintre sindicate şi management: toate contractele colective de pe insulă expiră în aceeaşi zi în fiecare an şi sunt renegociate personal de Antonio „Che" Pica, vărul secund al preşedintelui republicii); „Ascensiunea liderului la putere" (despre modul în care Maria-Jesu Pica, tânăra preşedinte pe viaţă din San Serriffe, a ajuns la putere în urma unei lovituri de stat aproape non-violentă din 11 mai 1971); „Expansiune îndrăzneaţă în turism" (despre numeroasele atracţii turistice din San Serriffe, inclusiv un amestec divers de culturi, autostrăzi moderne, hoteluri cu aer condiţionat şi plaje din care terorismul a fost practic eliminat); „Transportat de maree" (despre caracteristica geologică unică a San Serriffe – mişcarea constantă spre est a insulelor cauzată de eroziunea mareelor); „Renunţarea la bogăţia necunoscută" (despre transformarea San Serriffe dintr-o economie agricolă mică într-o forţă industrială exportatoare de oţel redutabilă); „Rădăcinile culturale" (despre moştenirea culturală a indigenilor din San Serriffe).

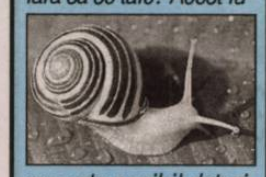
Coloanele laterale din supliment au inclus „Ghidul Republicii" şi „Repere în istorie" care au oferit detalii scurte despre demografia, geografia şi istoria oraşului San Serriffe.

Suplimentul San Serriffe a generat reacţii uluitoare. The Guardian a raportat că telefoanele sale au sunat toată ziua, oamenii solicitând mai multe informaţii despre insulă, ulterior sosind la redacţie sute de scrisori. Una dintre acestea provenea din partea unei grupări numite Frontul de Eliberare San Serriffe, care a luat ziarul în obiectiv pentru orientarea progu-vernamentală a raportului său!...

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ *...un melc poate trece peste partea ascuţită a unei lame fără să se taie? Acest lucru este posibil datorită secreţiei specifice care îl protejează.*

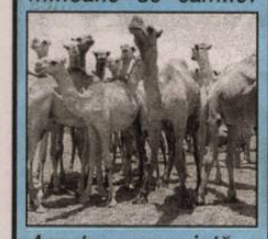


◆ *...vacile nu au dinţi superiori în faţă? Au doar gingii foarte îngroşate.*

◆ *...prima legumă folosită de om a fost varza? Era cunoscută încă din Epoca de Piatră.*

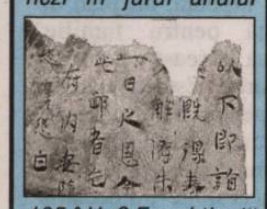
◆ *...în insulele Tahiti creşte o specie de ciuperci care noaptea devin luminoase? Femeile le poartă în păr drept bijuterii.*

◆ *...în Somalia se cresc peste cinci milioane de cămile? Acestea reprezintă o treime din numărul lor total de pe glob.*



◆ *...dacii considerau că aurul aduce ghinion? Din acest motiv purtau podoabe de argint.*

◆ *...hârtia a fost inventată de chinezi în jurul anului 105 î.Hr.? Era obţinută din deşeuri lemnoase şi mătase.*



◆ *...sunetele produse de maimuţele urlătoare din Brazilia sunt mai puternice decât răgetul leului? Se aud până la o depărtare de 2 kilometri.*

Ştiaţi că...

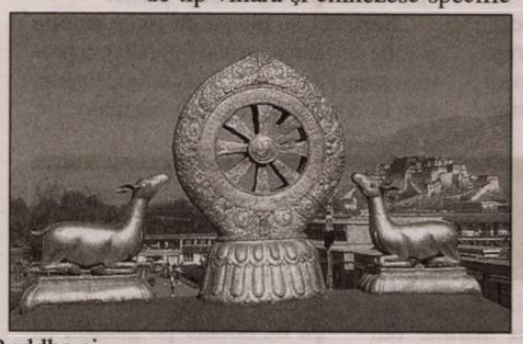
Templul Jokhang

Oraş sacru pentru budişti, Lhasa, capitala Tibetului, prezintă pe lângă vestitul palat Potala o mulţime de locuri sacre, printre care cele mai vechi temple ale budismului din întreaga regiune dominată de Munţii Himalaya.

Unul dintre acestea este Templul Jokhang, inclus pe Lista Patrimoniului Mondial UNESCO din anul 2000. Cunoscut obiectiv turistic al Tibetului se înalţă în Piaţa Barkhor şi este considerat cel mai sfânt din ţară şi aparţine sectei Gelug.

Tradiţia menţionează că templul a fost ridicat mai întâi în secolul al VII-lea, între anii 641-642 de regele Songtsän Gampo. După alte surse construcţia ar fi început în anul 639 dar oricare ar fi fost data respectivă scopul construcţiei era acela de a găzdui o statuie reprezentându-l pe Buddha şi cunoscută sub numele Jowo. Statuia respectivă i-a fost adusă regelui de soţia sa nepaleză şi o altă statuie a lui Buddha a fost adusă de cealaltă soţie, prinţesa chineză Tang Wencheng. Aceasta a fost găzduită iniţial la Ramoche dar, după moartea regelui ambele lucrări şi-au ocupat locul de cinste în Jokhang.

Templul a cunoscut o perioadă deosebit de înfloritoare din secolul al IX-lea iar în secolul al XI-lea a devenit cea mai importantă mănăstire din Lhasa şi una dintre cele mai vestite din Tibet. De-a lungul timpului s-a extins pe o suprafaţă imensă şi a combinat elemente de construcţii aparţinând unor stiluri diferite: tibetan, indian de tip vihara şi chinezesc specific dinastiei Tang. A fost devastat de mongoli în secolul al XIII-lea şi profanat în 1966 de Gărzile Roşii ale Chinei în timpul Revoluţiei Culturale când s-au distrus şi furat mii de texte sacre şi de statui.



Templul este însă astăzi nu doar o importantă atracţie turistică ci şi un faimos loc de pelerinaj. Importanţa sa religioasă se datorează şi statuii Jowo Rinpoche înfăţişându-l pe Buddha când avea 12 ani şi care, din fericire nu a fost deteriorată. Înaltă de un metru jumătate este expusă în camera principală şi se spune că a fost creată de artişti celeşti ai zeului Indra şi ar fi fost binecuvântată de însuşi Buddha. Intrată în posesia regelui indian Magadha a fost dăruită mai târziu dinastiei chineze Tang şi a fost adusă în Tibet de prinţesa Wencheng. Templul este un complex de curţi, clădiri rezidenţiale şi de servicii. Toate au acoperişuri cu ţigle din bronz aurit dar înălţimea celor de pe margine nu trebuie să o depăşească pe cea a celor din centru. Complexul ocupă o suprafaţă de 2.500 metri pătraţi şi în sanctuar se intră prin patru uşi aranjate în direcţiile punctelor cardinale. Se ridică pe patru niveluri şi adăposteşte aproximativ 800 de sculpturi metalice pe lângă mii de suluri pictate.

Templul a fost de secole centrul pelerinajului budist. Credincioşii veniţi aici, unii de foarte departe, fac circuitul ritualic rugându-se, se întind cu faţa în jos, se ridică şi pornesc mai departe din locul unde mâinile sau fruntea lor atingeau solul. Curtea exterioară şi pridvorul sunt pline de pelerinii care îngenunchează în direcţia sanctuarului.

Restaurat după 1972, templul a fost deschis publicului din 1980. Lucrările au continuat fiind folosite materiale tradiţionale şi după anul 2000 au fost dărâmate construcţiile mai înalte din jur.

La 17 februarie 2018 Templul a suferit un incendiu puternic dar, din fericire, a fost stins rapid fără a pricinui decese sau avarii grave.

Simboluri ale umanităţii

Lebăda

Considerată de multe popoare simbol al purităţii, lebăda apare într-o serie de mituri şi legende reprezentând statornicia în relaţiile de iubire. Poeţii au privit-o întotdeauna ca pe un simbol al creativităţii devenind sinonimă cu ideea de lumină, cu inspiraţia poetică şi având o semnificaţie sacră.

Lebăda albă este încărcată de simboluri pozitive întruchipând lumina zilei (solară şi masculină) şi cea a nopţii (lunară şi feminină). Sacralitatea acestei păsări albe este subliniată de faptul că druizii apăreau întotdeauna îmbrăcaţi în alb. Lebăda neagră cunoaşte însă un simbolism ocult şi inversat.

Una dintre cele mai cunoscute legende privitoare la eleganta pasăre apare în mitologia greacă, în cea în care marele Zeus, îndrăgostit de frumoasa Leda, fiica regelui Etoliei nu s-a putut apropia de ea decât transformat în lebădă, iar după întâlnirea lor tânăra a dat naştere vestiţilor gemeni: Castor şi Polux, Elena şi Clitemnestra.

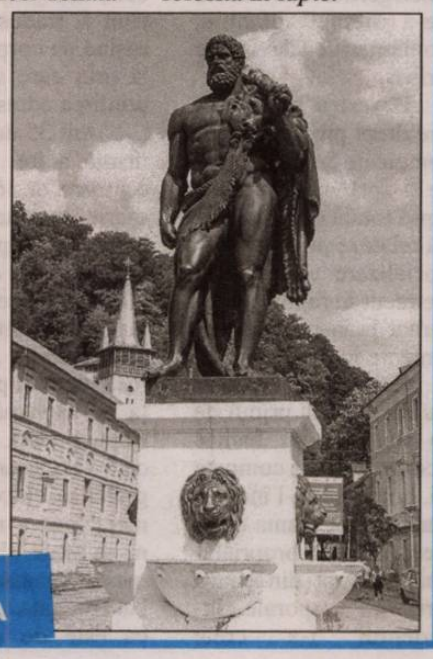
În basmul „Cele 11 lebede" sunt prezentaţi 11 fraţi, prinţi transformaţi în lebede de vrăjile mamei vitrege, iar în „Răţuşca cea urâtă" un boboc de raţă privit de cei din jur ca o arătare urâtă se transformă într-o minunată lebădă.

Lebedele reprezintă fidelitatea în iubire, trăind toată viaţa în perechi fără a-şi schimba partenerul. Reprezentând în acelaşi timp eleganţa, echilibrul şi armonia, ele cântă o singură dată, înainte de a muri – „cântecul lebedei" căpătând astfel o nouă semnificaţie.

Statuia lui Hercule

Aflată în oraşul Băile Herculane statuia faimosului erou Hercule a fost turnată în bronz în anul 1847 de meşterii Ramelmayer şi Glantz din Viena. A fost donată de arhiducele moştenitor Carol al Austriei ofiţerilor şi soldaţilor care păzeau graniţa Imperiului Austro-Ungar.

Devenită un simbol al oraşului, a fost montată pe locul fântânii de marmură roşie care se afla în centrul staţiunii. Îl reprezintă pe semizeu purtând pe umărul stâng pielea leului din Nemeea şi în mâna stângă măciuca folosită în lupte.



Pagină realizată de
IRINA STOICA

Capra cu cele mai lungi urechi

Un ied cu urechi incredibil de lungi a devenit un star al rețelelor sociale din Pakistan, proprietarul ei declarând că a bătut un record care se poate să nu fi existat până acum.

Năzdrăvana vedetă botezată Simba, venită pe lume doar cu câteva luni în urmă la Karachi, avea încă de la naștere urechile nefiresc de lungi, însă acestea au continuat să crească, în prezent ajungând la nu mai puțin de 55 de centimetri lungime! Crescătorul de animale Mohammad Hasan Narejo, care a făcut tot posibilul să-și facă „prietena" cunoscută, a declarat că nu există în Guinness Book o secțiune de genul „cele mai lungi urechi de capră".

În presa națională și internațională Simba era foarte cunoscută după numai 10-12 zile de viață, câștigând nu doar notorietate și simpatie, ci și un concurs de frumusețe. „La 30 de zile după concurs, devenise la fel de populară ca o personalitate celebră, după 25-30 de ani de activitate", a declarat Narejo plin de mândrie.

Pentru securitatea animalului, bărbatul îi așează urechile de-a lungul spinării, ca să nu se împiedice în ele, iar când nu o poate supraveghea îndeaproape, i le leagă într-o husă specială de catifea, în jurul gâtului. Narejo lucrează în departamentul de control al traficului aerian al aeroportului Karachi, dar pasiunea lui este creșterea caprelor și are planuri mari pentru Simba. „Plănuiesc să păstrez materialul seminal al lui Simba pentru inseminare artificială, așa că dacă el nu mai este, rasa lui să poată continua", a spus Narejo.

Există însă și o latură mai puțin confortabilă a celebrității de care se bucură Simba, și de aceea Narejo a recurs la rugăciuni și la practici tradiționale, pentru a se proteja împotriva eventualelor resentimente și invidii ale altor crescători de animale.

„Recităm versete din Coran și suflăm asupra ei, ca să alungăm deochiul, a explicat el. Potrivit unei îndelungate tradiții moștenite din străbunii noștri, i-am legat la gât un fir negru, de care sunt atașate versete sfinte."

Bărbatul se ocupă cu mare atenție și grijă de Simba, având în vedere și promovarea Pakistanului ca o importantă țară în domeniul creșterii caprelor.

Centenara Hazel

De cinci ani, Hazel McCallion este membru al consiliului de administrație al Autorității Aeroportului Greater Toronto, cel mai mare aeroport din Canada. Un post pentru care este apreciată, astfel că recent a fost reconfirmată pentru încă trei ani.

Până aici, nimic deosebit, cu excepția unui amănunt pe care nu mulți îl cunosc: reputata doamnă are frumoasa vârstă de... 101 ani! Supranumită Hurricaine Hazel („Uraganul Hazel"), centenara este o figură remarcabilă a vieții politice canadiene.

Născută în 1921, în Quebec, a părăsit ferma familiei la vârsta de 16 ani pentru a-și continua studiile, înainte de a începe activitatea de secretariat la o firmă de inginerie din Montreal în timpul celui de-al Doilea Război Mondial.

Timp de 37 de ani, începând cu anul 1987, această femeie s-a aflat în fruntea Primăriei din Mississauga, un important centru economic de la periferia metropolei Toronto devenit al șaptelea oraș ca mărime din Canada. A părăsit postul respectiv la vârsta de 94 de ani, însă nu s-a lăsat ispitită de perspectiva pensionării.

Dimpotrivă, și-a diversificat activitățile, între altele ajungând chiar consilier al premierului din Ontario. În prezent, Hazel este și consilier special la Universitatea Toronto-Mississauga, postură pe care a acceptat-o cu o lună înainte de a semna contractul cu complexul aeroportuar.

Din aceeași imensă sferă a insolitului vieții centenarei, se cuvine menționat și faptul că în tinerețe aceasta a făcut parte dintr-o echipă de hochei pe gheață, ca jucătoare profesionistă. Datorită acestui episod, ea se poate mândri că mai multe școli, săli de sport, biblioteci și chiar cu o echipă de baseball îi poartă numele.

O recunoștință unanimă, care nu o împiedică pe femeia hiperactivă să își cultive ambiția și să-și folosească la maximum calitățile complexe, puse întotdeauna în folosul celor din jurul său.

Hamacul discordiei

Între relațiile de apropiere și reacțiile agresive nu e decât un pas, dar astfel de „alunecări" sunt cu atât mai penibile atunci când se petrec între persoane apropiate, iar când motivele neînțelegerilor sunt unele de-a dreptul infantile, comentariile devin de prisos.

Povestea prezentată are drept protagonistă o femeie de 35 de ani, care a fost mânată de o lipsă totală de inspirație să relateze pe o rețea de socializare un incident petrecut în familie și referitor la anumite (re)sentimente individuale.

Ea explică – pentru public! – că a primit de la fiul său un hamac scump, pe care cumnata ei, hotărând să-l încerce fără să țină seama de avertismentul proprietarei, l-a rupt din cauza greutății corporale. Incidentul i-a creat necazuri imprudentei femei, care a fost acuzată de soțul și cumnata sa de „body shaming", o sintagmă totalmente dezavantajoasă, ea putând fi tradusă prin „o rușine de corp", formulă prin care se dorește umilirea adresantului.

„Am 35 de ani, sunt mamă a trei copii, iar cel mare, de 16 ani, mi-a oferit de ziua mea un hamac scump, pe care mi-l doream de ani de zile", și-a început femeia relatarea într-o postare pe Reddit. „Cumnata mea vine cel puțin o dată pe săptămână să ne salute pe toți. De îndată ce a văzut hamacul, s-a grăbit să-l încerce!" Femeia însă a rugat-o să nu se așeze. „Există o limită de greutate?", a întrebat cumnata. „I-am spus că este de maximum 110 kg, după cum scria pe ambalaj. La început ea nu a spus nimic, doar a comentat că este nedrept ca persoanele supraponderale că ea să nu încerce. Am plecat pentru o clipă și cinci minute mai târziu am auzit un zgomot puternic venind dinspre grădină." Femeia a spus că și-a văzut cumnata pe pământ și sub ea resturile hamacului rupt. „Nu și-a cerut scuze și nu s-a oferit să mă despăgubească, ba chiar a avut curajul să mă facă să arăt ca o persoană rea și să-mi câștige soțul pentru cauza ei!", și-a completat ea confesiunea, cu singura vinovăție că a aruncat în spațiul public o jenantă problemă de familie, ce se putea stinge decent, în anonimat.

„Baletul" macaralelor

Chiar dacă pare o glumă, evenimentul s-a desfășurat în mica localitate Bobigny, din districtul francez Seine-Saint-Denis. Iar spectacolul pus în operă acolo cu certitudine a fost unul unic pe mapamond.

Pe scurt, acesta a îmbinat, în mod armonios la figurat, dar mai ales la propriu, arta baletului cu un domeniu aparent cu totul fără legătură cu aceasta: construcțiile. Incredibilul spectacol de mișcare pe muzică, al uriașelor utilaje, organizat de edilii comunei a avut drept obiectiv atragerea atenției și sensibilizarea locuitorilor cu privire la lucrările de construcții demarate pe locul fostului centru comercial Bobigny-2.

Șantierul urmează să transforme zona respectivă în una rezidențială pentru circa 1.000 de persoane și centre comerciale întinse pe o suprafață de 13.500 m², chiar în inima localității. „Un astfel de șantier creează în mod inevitabil neplăceri, așa că oficialitățile comunei mi-au cerut să pun un pic de poezie în toate astea. M-am gândit că ar putea fi grozav să umanizez aceste macarale, să lucrez la liniile acestora, uimitoare cu brațele lor", a explicat Kitsou Dubois, coregraful care a montat „baletul mecanic", împreună cu compozitorul Alexandre Bouvier.

Le-a stat alături șeful șantierului, spectacolul fiind totodată o excelentă ocazie de a pune în valoare meseria, nu foarte lăudată, de macaragiu, datorită măiestriei celor zece manipulatori implicați direct în reprezentație, cu utilajele lor. Și o dovadă că orice profesie poate deveni o artă fascinantă.

Berea pentru sezonul uraganelor

Aplicațiile pe telefonul mobil referitoare la avertismente de fenomene meteorologice extreme au un concurent serios dintr-o zonă la care nimeni nu s-ar fi așteptat: consumul de bere! Ce legătură poate exista între vechea băutură și cumplitele uragane?

Ei bine, americanii au găsit o metodă insolită de a le alătura spre beneficiul populației.

În Carolina de Sud, Departamentul de Management al Urgențelor din Dorchester County căuta o modalitate de a disemina informații despre sezonul uraganelor din Atlantic și despre modul în care oamenii pot fi pregătiți să înfrunte potențialele furtuni, dincolo de anunțul tipic de serviciu public. David Amann, specialist în avertizarea și instruirea în gestionarea urgențelor din Dorchester, a abordat ideea de a colabora cu o fabrică de bere pentru un produs creat special pentru sezonul uraganelor, pe al cărui ambalaj să se poată imprima mesaje esențiale de pregătire pentru evacuare. Ideea pare aproape o glumă, însă chiar a început să aibă succes. Berea „Know Your Zone" (în traducere „Cunoaște-ți zona") de la Tradesman Brewing Company a crescut gradul de conștientizare a sezonului uraganelor în acest comitat. Chiar dacă face obiectul unor anecdote, băutura respectivă este una ușoară și se vinde numai în magazine alimentare locale selectate special pentru informarea consumatorilor.

Fiecare cutie de „Know Your Zone" are un cod QR pe care rezidenții îl pot scana folosind telefonul; codul QR duce la un site web de pregătire pentru situații de urgență, din Carolina de Sud, actualizat în legătură cu prognoza pentru perioada anuală a marilor furtuni tropicale.

În luna iulie eficacitatea acestei idei a fost probată cu prilejul uraganului Colin, un fel de preambul la fenomenele similare anticipate de meteorologi. „Site-ul web îi învață pe oameni cum să creeze un kit de urgență, un plan de urgență pentru familie, cum să găsească zona de evacuare... Este un ghișeu unic pentru informații de pregătire pentru uragane imprimate chiar pe cutie și ușor accesibile", a declarat Amann.

Proiectul a stârnit interesul localnicilor din comitat, dar și al unor vizitatori, care au început să golească rafturile cu bere „Know Your Zone". Un succes socotit de inițiatorii lui ca fiind incitant, aceștia recomandând totuși necesara cumpătare în consumul de bere!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Tom Cruise – actorul cu nouă vieţi

Supranumit „TomCat" (Motanul), charismaticul actor Tom Cruise pare să se ridice la înălţimea numelui său. Deşi este unul dintre cele mai mari staruri de cinema de pe planetă din ultimele patru decenii, Cruise insistă să îşi facă singur cascadoriile şi nu-i de mirare că au existat cascadorii în care actorul s-a rănit grav şi chiar şi-a pus în pericol viaţa la propriu, aşa cum veţi putea afla citind rândurile de mai jos.

Deşi are 60 de ani, Cruise se încăpăţânează să joace în filme de acţiune, ştiind probabil că mai are suficiente vieţi în portofoliul său „felin"...

Misiune: Imposibilă. Declinul

Chiar şi cascadoriile care decurg exact aşa cum au fost planificate pot fi extrem de periculoase. La filmările pentru cel de-al şaselea episod din 2018, *Misiune: Imposibilă. Declinul*, Tom Cruise nu şi-a rupt doar glezna. El a realizat şi una dintre cele mai periculoase cascadorii din întreaga franciză de spionaj. La finalul filmului, Ethan Hunt, personajul interpretat de Cruise, stă agăţat de un elicopter în zbor.

Cu toate acestea, Hunt îşi pierde echilibrul şi cade de la câţiva metri. El reuşeşte să se prindă totuşi de plasa în care

elicopterul transportă o încărcătură preţioasă şi scapă cu viaţă. Mai mulţi membri ai distribuţiei şi ai echipei de filmare l-au văzut pe Cruise căzând din elicopter şi au crezut că, de fapt, tocmai s-a sinucis.

„M-am trezit ţipând de spaimă. Chiar am crezut că a căzut fără să vrea", a recunoscut colega de platou Rebecca Ferguson. Alte persoane care se uitau la filmare au crezut că actorul şi-a fracturat coloana vertebrală. Mai mult, Cruise a ajuns să fie nevoit să filmeze scena de cinci ori. Dar în mod uimitor, el nu s-a rănit grav. În schimb, la filmarea unei scene ulterioare, nu a mai avut la fel de mult noroc, ci şi-a fracturat glezna sărind de pe o clădire pe o altă clădire.

După ce a stat internat în spital, actorul a făcut recuperare fizică 10-12 ore în fiecare zi timp de şase săptămâni. Medicii se îndoiau că glezna rănită îi va permite să sprinteze la nouă luni de la accident. Cu toate acestea, minunea fără vârstă a fost în stare de funcţionare în doar trei luni şi a reluat filmările.

Top Gun

În unul dintre primele filme de acţiune de succes ale actorului, *Top Gun*, Cruise a jucat rolul pilotului de vânătoare Pete „Maverick" Mitchell. Niciunul dintre ci-

nefilii care au văzut această producţie clasică a anilor 1980 nu poate uita scena tragică în care copilotul şi cel mai bun prieten al lui Maverick, Goose (Anthony Edwards), este ucis după ce se ejectează din avionul cu care ei zboară.

Maverick scapă ca prin minune şi aterizează în siguranţă în ocean. Cu toate acestea, Cruise însuşi s-a aflat în zona de pericol şi aproape a murit la filmarea scenei, deoarece paraşuta actorului s-a umplut de apă şi ar fi putut să-l tragă cu uşurinţă în mijlocul oceanului, el fiind salvat de scafandrii profesionişti care însoţeau echipa de filmare.

Edge of Tomorrow – Prizonier în timp

Emily Blunt a jucat împreună cu Cruise în filmul de acţiune ştiinţifico-fantastic din 2014, *Edge of Tomorrow – Prizonier în timp*. Actriţa britanică se afla la volanul unei maşini atunci când a luat decizia aproape catastrofală de a nu-l asculta pe veteranul actor-cascador.

Coordonatorul cascadoriilor din film îi dăduse instrucţiuni lui Blunt să accelereze

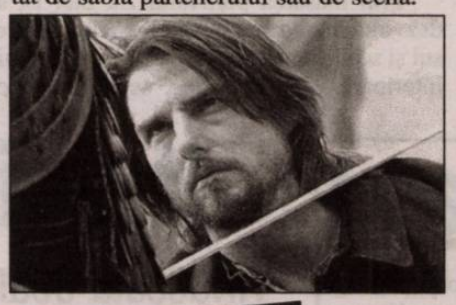
în timpul unei scene de acţiune. Cu toate acestea, Cruise a considerat că actriţa conducea mult prea repede şi că ar trebui, în schimb, să încetinească. Blunt a ignorat rugăminţile lui Cruise şi a sfârşit prin a izbi maşina într-un copac. Din fericire, accidentul de maşină nu s-a soldat cu răni grave pentru niciunul dintre cei doi actori.

Ultimul samurai

Nici măcar cele opt luni de antrenament intens de samurai ale lui Tom Cruise nu l-au putut pregăti pentru o scenă de luptă care a mers groaznic de prost pe platoul de filmare al dramei de acţiune de epocă din 2003, *Ultimul samurai*.

„Am învăţat Kendo, arte marţiale japoneze şi tot felul de mânuiri de arme", a declarat Cruise. „Nu numai că a trebuit să călăresc un cal, dar a trebuit să lupt eficient în timp ce călăream. Am studiat japoneza. În ceea ce priveşte antrenamentul, am făcut orice." Pentru una dintre scenele de luptă din film, Cruise şi actorul japonez de arte marţiale Hiroyuki Sanada se aflau pe cai mecanici, pregătindu-se să se confrunte.

Dar calul lui Sanada a avut o defecţiune şi nu s-a oprit unde trebuia, izbindu-se frontal de calul lui Cruise. Ca atare, actorul a fost la un pas de a fi decapitat de sabia partenerului său de scenă.



Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Răzvan Bănică

Născut pe 29 aprilie 1992, într-o familie de artişti celebri din România (unchiul lui a fost regretatul actor Ştefan Bănică, vărul lui este actorul şi cântăreţul Ştefan Bănică Jr.), Răzvan Bănică a fost atras încă de mic de lumea teatrului şi a filmului.

La 16 ani a fost distribuit în primul său rol, în serialul de televiziune *Îngeraşii* (2008). Un an mai târziu apare în serialul *State de România*, o continuare a telenovelei *Regina*, difuzat de PRO TV. Au urmat apariţiile în *Pariu cu viaţa, Moştenirea, Iubire şi onoare, Şi băieţii plâng câteodată* sau *Capace*.

A absolvit Universitatea de Artă Teatrală şi Cinematografică din Bucureşti la clasa reputatului profesor Florin Zamfirescu, pe care îl consideră adevăratul său mentor, după care a urmat un masterat în „Arta actorului", sub îndrumarea regizorului Gelu Colceag.

Din 2017 este actor al teatrului Nottara, unde a jucat în piese precum *Jaful* de Joe Orton *Magnificul* de Mihai Ispirescu *Fiul cel Mare* de Alexander Vampilov, *Figaro* după Pierre-Augustin Caron de Beaumarchais, *Molière / Eréilom*, după Molière şi Mihail Bulgakov, *Disputa* de Pierre de Marivaux, *Hamlet în sos picant* de Aldo Nicolaj, *Balul sinucigaşilor*, creaţie colectivă, 2018.

A mai evoluat şi în spectacole precum *Secretul armei secrete*, la Teatrul Naţional din Bucureşti, *West Side Story*, la UNITER sau *A treisprezecea noapte*, spectacol aniversar Nicu Alifantis, cu prilejul împlinirii a 45 de ani de activitate în domeniul creaţiei muzicale pentru teatru, la Teatrul Bulandra.

A fost recompensat cu Premiul pentru cel mai bun actor într-un rol secundar, pentru rolul lui Rică Venturiano, din spectacolul *O noapte furtunoasă* de I.L. Caragiale (UNATC, clasa prof. univ. dr. Florin Zamfirescu) acordat la ediţia din 2012 a Festivalului Naţional de Teatru „Serile Teatrului Studenţesc".

Reviste

Eminescu pe drumuri gorjene

În numărul 5 al revistei *Vatra Veche*, condusă din 2009 de Nicolae Băciuţ, am citit o prezentare bine argumentată a lui Florian Copcea, a operei semnate de Zenovie Cârlugea. Zenovie Cârlugea este un eminescolog cu o solidă cultură clasică, un polihistor de formaţie enciclopedică, dar şi cu un simţ critic aparte, care pe lângă lucrările de eminescolog, este şi „fondatorul şi editorul periodicului de cultură „Portal-MĂIASTRA", care apare, *sine hiatu*, la Târgu-Jiu, începând din februarie 2005, sub „egida Uniunii Scriitorilor din România", o revistă deschisă atât fenomenului cultural regional, cât mai ales celui literar naţional. „Foarte bun cunoscător al vieţii şi operei eminesciene, Zenovie Cârlugea şi-a propus, mai întâi, să clarifice povestea prezenţei lui Eminescu pe meleaguri gorjene. După intervenţii repetate în presa culturală, corectând documentar unele afirmaţii greşite preluate în mod repetat, în 2016, se hotărăşte să publice monografia *MIHAI EMINESCU – drumuri şi popasuri în Gorj"*, lucrare bine documentată cu o bună primire critică.

În *Cuvântul înainte* al lucrării, Cârlugea scrie: „Dintr-o vitoare bio-bibliografie *Eminescu*, ce s-ar dori cât mai completă, nu pot lipsi, desigur, nici trecerile poetului pe meleaguri gorjene, cu atât mai puţin scrierile în care se mai păstrează *însemne* ale trecerii poetului pe acolo. Căci puţine sunt judeţele prin care paşii poetului să nu fi trecut: «Întâmplarea a făcut ca, din copilărie încă, să cunosc poporul român din apele Nistrului începând, în cruciş şi în curmeziş, până în Tisa şi Dunăre», după cum mărturisea gazetarul într-un editorial din 1882. Aşa după cum remarca Dimitrie Vatamaniuc, *„«nu sunt multe localităţi din ţară care să poată revendica pe bază de documente prezenţa poetului nostru naţional»*. Într-atât *momentul Floreşti* ni se pare important şi plin de semnificaţii.".

Amintind, în continuare, scrie Florin Copcea, de trecerile şi popasurile Poetului prin Ardeal, Muntenia, Banat, Dobrogea, Basarabia, desigur Bucovina, „autorul aminteşte lucrările în care este documentată prezenţa acestuia în diferite regiuni ale ţării, întregindu-se astfel biografia eminesciană cu inedite date punctuale: Lucian Drimba *(Eminescu la „Familia" Oradea*, 1994), Ion Itu *(Eminescu şi Braşovul*, 1990), Ion Funeriu *(Eminescu şi Ţara Făgăraşului)*, Ion Buzaşi *(Eminescu şi Blajul*, 1994), Ionel Bota *(Eminescu şi Oraviţa*, ed. II. 2002), Nicolae Bellu *(Eminescu şi Oltenia*, 1995), Stan V. Cristea, *„Eminescu şi Teleormanul"* (2014)".

Într-un asemenea context documentar, „se situează şi abordarea de faţă, spune autorul, axată pe studierea acelui episod din viaţa poetului – vara aproape întreagă a anului 1878 petrecută în ţinutul de sud al Gorjului, locuind la conacul din Floreşti (lângă Filiaşi – Dolj) aparţinând – prin alianţă matrimonială cu Zoe Bălcescu, fiica fostului primar al Craiovei, Barbu Bălcescu –, junimistului Nicolae Mandrea, un cunoscut al poetului încă din perioada ieşeană şi bun prieten din epoca bucureşteană. Floreştiul constituie cel mai lung sejur al poetului (de circa 60 de zile) petrecut în altă localitate din ţară, după etapele ieşeană (1874-1877), bucureşteană (1877 -1883; 1888-1889) şi botoşeneană (1887-1888). Poate, doar, tot aproximativ, mai putem aminti perioada blăjeană, din adolescenţa itinerantă a poetului (1866), după etapa şcolarităţii sale la Cernăuţi, cu unele întreruperi (1858-1866).

Să menţionăm, desigur, şi cei trei ani ai studenţiei la Viena (1869-1872), alţi doi ani la Berlin (1872-1874), apoi cele 4 luni petrecute la Sanatoriul de la Ober Döbling (2 nov.1883 – 27 febr. 1884), urmate de călătoria prin Italia din martie 1884. Apoi, revenirea în vara lui 1887 la Viena şi Băile Hall, după ce în vara lui 1885 urmase un tratament cu nămol sapropelic la Băile Liman (lângă Odessa), iar din noiembrie 1886 până în aprilie 1887 fusese internat la ospiciul de la Mănăstirea Neamţ.

(Continuare în numărul viitor)

GEORGE CUŞNARENCU

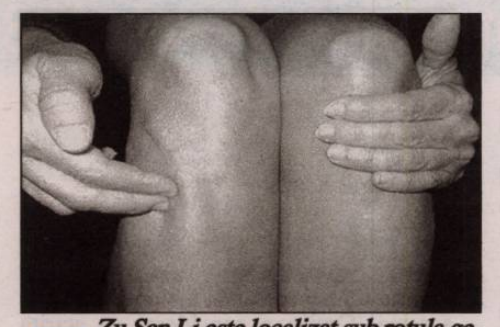
Punctul care vindecă 100 de boli

Terapeuţii din întreaga lume, dar în special cei din Extremul Orient folosesc de milenii metode aparent simple de tratament, care însă necesită cunoaşterea perfectă a fiinţei umane, care nu are doar trupul fizic, cel palpabil şi foarte sensibil, pe care îl hrănim permanent cu lucruri bune, dar mai ales dăunătoare.

Din păcate, suntem prea puţin sau deloc receptivi la evocarea corpului energetic al individului, fără de care trupul material nu doar că nu ar putea exista, ci ar fi un nonsens. Referitor la cel dintâi, alături de presopunctură şi acupunctură, tipurile de medicină orientale aplică frecvent şi cu efecte pozitive remarcabile diverse tipuri de masaj.

În medicina tradiţională chineză, corpul este văzut ca un sistem energetic şi, prin urmare, masajul poate influenţa pozitiv fluxul de energie şi activitatea funcţională a

organelor. Activarea punctului Zu San Li produce un efect de întinerire şi de vindecare, întârziind procesul de îmbătrânire. În China, acest punct este cunoscut sub numele de „Punctul Longevităţii", iar în Japonia, „Punctul celor 100 de boli".



Zu San Li este localizat sub rotula genunchiului. Pentru a-l găsi este indicat să urmăriţi imaginile. Punctul este situat între „rădăcina" degetului mic şi degetul inelar, sub forma unei adâncituri între oase.

„Punctul celor 100 de boli" controlează activitatea organelor din jumătatea inferioară a corpului, activitatea măduvei spinării în părţile responsabile de funcţionarea tractului gastrointestinal, a organelor genitale, rinichilor şi glandelor suprarenale.

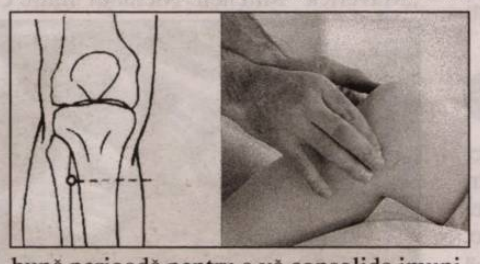
Prin masarea punctului Zu San Li creşte activitatea suprarenalelor, cele mai puternice glande care acţionează ca un sistem de apărare principal al sănătăţii. Ele secretă adrenalină, hidrocortizon şi alţi hormoni foarte importanţi, în sânge.

Prin masarea „punctului celor 100 de boli" în fiecare zi, puteţi normaliza activitatea glandelor suprarenale, care îndeplinesc următoarele funcţii la nivelul întregului organism: ● normalizează tensiunea arterială; ● normalizează glucoza, insulina; ● elimină procesele inflamatorii de la nivelul întregului organism; ● reglează activitatea sistemului imunitar; îmbunătăţeşte digestia; ● vindecă bolile tractului gastrointestinal; ● tratează efectele accidentului vascular cerebral.

Prin masarea punctului Zu San Li se dezvoltă încrederea în sine, se elimină stresul şi scade tensiunea, se regăseşte armonia interioară. De asemenea, se pot vindeca mai multe boli, inclusiv banalul sughiţ, constipaţia, gastrita sau incontinenţa urinară.

Se recomandă masarea acestui punct dimineaţa, înainte de prânz, de nouă ori, într-o mişcare circulară, în sensul acelor de ceasornic, pentru fiecare picior. Masajul, împreună cu pregătirea, durează în jur de 10 minute. Înainte de a începe masajul, trebuie să vă aflaţi într-o poziţie confortabilă, relaxaţi. Calmaţi-vă respiraţia şi concentraţi-vă asupra sentimentelor, apoi relaxaţi-vă!

Puteţi masa punctul Zu San Li în fiecare zi, dar cel mai bun efect se obţine în perioada cu Lună Nouă. Opt zile de la începerea perioadei de Lună Nouă, masaţi acest punct, astfel: ● dimineaţa, alternativ pe fiecare picior, în sensul acelor de ceasornic. Aceasta este cea mai



bună perioadă pentru a vă consolida imunitatea, pentru a îmbunătăţi activitatea organelor şi a încetini procesul de îmbătrânire; ● înainte de masa de prânz, alternativ pe fiecare picior, în sensul acelor de ceasornic, cu scopul de a vă îmbunătăţi tonusul general, memoria, activitatea sistemului cardiovascular şi cea a sistemului digestiv; ● după masa de prânz, simultan pe ambele picioare, în sensul acelor de ceasornic, pentru a elimina stresul, nervozitatea, iritabilitatea, durerile de cap şi a scăpa de tulburările de somn; ● seara (nu târziu!), alternativ pe fiecare picior, în sensul invers acelor de ceasornic, pentru a stimula metabolismul şi a sprijini eliminarea kilogramelor în plus şi a ţesutului adipos.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Foarte dificil de combătut datorită multiplelor cauze aflate la originea ei, aşa-numita „boală a bătrâneţii" poate fi prevenită prin cele mai simple şi mai neaşteptate metode, ce fac parte din viaţa cotidiană.

Creierul este centrul sistemului nervos: controlează gândirea, memoria, emoţia, atingerea, abilităţile motorii, vederea, respiraţia şi fiecare proces ce reglează corpul. Şi pe măsură ce îmbătrânim, devine din ce în ce mai important să avem grijă de el – mai ales pentru a preveni afecţiuni precum Alzheimer şi alte boli neurodegenerative. Iar îngrijirea, la fel ca în cazul sistemului digestiv, a celui respirator ş.a.m.d., înseamnă şi curăţarea sa de elementele reziduale nocive.

Potrivit unui studiu publicat în revista Science, prioritizarea somnului ar putea fi cheia eliminării toxinelor.

Somnul, inamic pentru Alzheimer

Multe studii anterioare au arătat că persoanele care dorm prost sunt mai predispuse la dezvoltarea bolii Alzheimer, însă oamenii de ştiinţă nu au fost niciodată siguri de ce. În timpul somnului apar semnale electrice (sau unde lente), urmate de un puls de lichid care „curăţă" creierul.

Cercetătorii presupun că acest fluid este vital în îndepărtarea toxinelor periculoase asociate cu Alzheimer. Prin urmare, studiul sugerează că oamenii ar putea să-şi reducă riscul de îmbolnăvire asigurându-se că au un somn de înaltă calitate.

Medicamentele anterioare împotriva maladiei Alzheimer au vizat toxine specifice care sunt prezente din abundenţă în creierul bolnav. Totuşi, aceste medicamente au dat rezultate foarte slabe odată ce au intrat în studiile clinice, poate pentru că vizau doar o parte a problemei.

Studiile actuale deschid o nouă cale de tratament care, în loc să vizeze toxine specifice, se concentrează pe creşterea totală a cantităţii de lichid cefalorahidian din creier (un lichid vital care curge prin creier şi măduva spinării). Acest lucru se speră că ar elimina cantităţi mari de toxine cerebrale asociate cu progresia Alzheimer, mai degrabă decât să se axeze pe o singură piesă a puzzle-ului.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Îngrijirea entorselor acasă

Există o serie de lucruri pe care le puteţi face pentru a ajuta pacientul cu entorsă, după externare, să se simtă mai confortabil şi să se recupereze mai repede acasă.

Oferiţi-i medicamente simple pentru ameliorarea durerii, cum ar fi Paracetamol (Panadol) sau Ibuprofen (Nurofen/ Advil), pentru a-l ajuta să se mişte şi să rămână confortabil, dar numai la recomandarea unui cadru medical.

Ajutaţi-l să ajungă într-o poziţie confortabilă. Ar trebui să rămână cât mai inactiv posibil în primele 24-48 de ore, ceea ce va ajuta la reducerea inflamaţiei şi la limitarea daunelor suplimentare din jurul entorsei. După acest interval, pacientul ar trebui să înceapă să mişte membrul afectat în mod normal şi să facă exerciţii blânde.

Aplicaţi o pungă de gheaţă pe leziune, câte 20 de minute la fiecare 2 ore, în timp ce pacientul este treaz. Continuaţi în primele 48 de ore după ce a apărut entorsa. Amintiţi-vă să acoperiţi pachetul de gheaţă cu un prosop umed, nu-l aplicaţi direct pe piele.

Dacă pacientul are un bandaj compresiv peste leziune pentru a reduce inflamaţia, asiguraţi-vă că aţi verificat că acesta nu este prea strâns. Comparaţi culoarea membrului nevătămat cu a celui rănit. Dacă degetele de la mâini sau de la picioare par albe sau albastre în comparaţie cu cealaltă mână sau picior, scoateţi bandajul. Verificaţi, de asemenea, temperatura degetelor de la mâini sau de la picioare; acestea ar trebui să fie la fel de calde ca mâna sau piciorul nevătămat.

Ridicaţi zona rănită la nivelul inimii sau mai sus. Aşezarea pe o pernă poate reduce sângerarea, umflarea şi durerea, deoarece gravitaţia ajută la drenarea excesului de lichid.

Hernia inghinală

vindecată doar cu intervenţie chirurgicală

Hernia inghinală apare atunci când intestinele se umflă printr-o zonă slăbită sau o deschidere a peretelui abdominal. Acest tip de hernie este localizat în zona inghinală şi va fi de obicei vizibil sub formă de nodul sub piele.

Majoritatea herniilor inghinale apar la băieţi şi la prematuri (mai puţin la fete), dar trebuie ştiut că ele nu sunt cauzate de efort fizic sau de plâns puternic. Hernia inghinală apare ca un nodul neted în zona inghinală sau a scrotului, atunci când copilul plânge sau se încordează. De asemenea, poate dispărea atunci când bebeluşul este relaxat şi întins.

De obicei, afecţiunea este nedureroasă sau provoacă doar un disconfort uşor şi poate apărea de ambele părţi ale corpului. Dacă nu se reduce spontan în câteva ore, va fi necesară asistenţă medicală, deoarece alimentarea cu sânge a intestinului sau a testiculelor poate fi întreruptă.

Chirurgia este întotdeauna necesară pentru a preveni hernia care provoacă dificultăţi mai târziu. Ea va fi reparată în timpul unei operaţii, făcută de obicei sub anestezie şi care implică o mică tăietură în pliul natural al pielii din zona inghinală. Chirurgul va goli sacul înapoi în zona inghinală şi apoi îl va lega; copilul va avea o cicatrice mică şi abia vizibi-lă, estompată în circa 6-12 luni.

După intervenţia chirurgicală, este important ca acasă să i se ofere copilului o ameliorare regulată a durerii, pentru asigurarea că se simte confortabil în timpul recuperării.

Anestezistul, chirurgul, farmacistul şi/sau personalul medical vor discuta despre adecvarea medicamentelor pentru copil înainte de a merge acasă. Dacă micul pacient are probleme de sângerare sau astm, este recomandată consultarea unui medic înainte de a-i administra Ibuprofen. Atenţie: NU se va da Aspirină copilului.

Când copilul se trezeşte, poate primi lichide limpezi (apă, ceai etc.) şi alimente uşoare, cum ar fi pâine prăjită sau un sendviş. Majoritatea copiilor continuă cu dieta normală a doua zi.

Bebeluşii pot consuma lichide limpezi pentru început, apoi laptele matern sau formula, ca de obicei. Dacă are greaţă sau vărsături când este acasă consultaţi imediat medicul curant.

Intestinele sunt senzorii sistemului imunitar, susţine medicina energo-informaţională

Bolile gastrointestinale au luat un avânt nemaiîntâlnit până acum în lume. Specialiştii susţin că o mare parte a acestor afecţiuni care s-au aliniat celor cronice se datorează pandemiei de coronavirus.

Dacă până acum se vorbea despre flora intestinală, acum flora este considerată un organ de sine stătător şi noţiunea de specialitate folosită este „microbiomul intestinal". Despre colonul iritabil, care provoacă alarma în sistemul gastric, noţiunea de specialitate este „interacţiune dereglată între creier şi intestine". Vârsta celor afectaţi nu are limite, ponderea cea mai mare o au persoanele active profesional. Se pare că tot a cincea persoană este afectată de acest aspect.

Simptomele acestei afecţiuni au un spectru foarte larg: tipul constipat, tipul diareic şi un amestec neprevizibil între ambele tipuri, balonări şi dureri abdominale. De asemenea, pot apărea şi simptome nespecifice ca dureri de cap, dereglări ale somnului, stări depresive. Din păcate, un număr mare de persoane nu caută ajutorul unui specialist, considerând că este un subiect tabu.

Intestinul iritabil duce la o pierdere a calităţii vieţii.

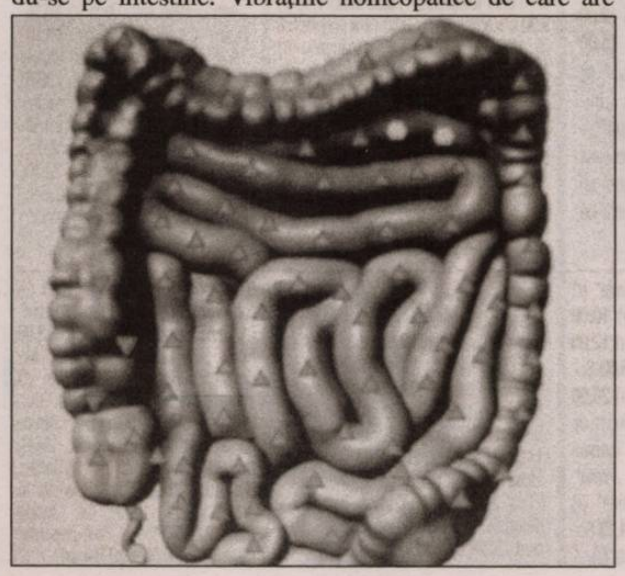
Medicina energo-informaţională punctează pe aceste afecţiuni, rezultate foarte mulţumitoare, fără medicamente de sinteză, fără durere. Diagnosticarea energetică ne arată blocajul pe sistemul gastric şi propune tratamentele personalizate care se impun.

Intestinul gros este cel mai puternic organ din corpul uman, desfăşurat are suprafaţa unui teren de fotbal. Aici avem o adevărată uzină care transportă în permanenţă „un autobuz" plin cu virusuri, bacterii, paraziţi, metale grele şi alte noxe. Atât timp cât în acest „autobuz" există o simbioză, totul funcţionează perfect, dezechilibrele în acest mileu duc la îmbolnăviri.

Tratamentele oferite de medicina energo-informaţională sunt în măsură să descifreze aceste debusolări, să le neutralizeze pe cele patogene, aducând pacea şi liniştea în intestin.

Fiecare microb, parazit sau virus are vibraţia lui energetică. Aparatele de biorezonanţă care au la bază fizica cuantică sunt în măsură să descifreze vibraţiile patogene, să le neutralizeze, întrerupând procesul de autodistrugere.

Terapia intestinului iritat (colon iritabil) este o terapie personalizată, care tratează corpul în totalitate, focusându-se pe intestine. Vibraţiile homeopatice de care are nevoie intestinul pentru autoreglare, însoţite de câmpul magnetic la nivel celular, se aplică în fiecare terapie. Colonul iritabil netratat la timp devine o afecţiune cronică. Pe lângă terapiile de autoreglare şi readucerea corpului, respectiv, sistemul gastrointestinal în echilibru, balanţa energetică se discută cu pacientul depre un stil de viaţă sănătos. Mişcare, alimentaţie cu balast, lichide, o gândire pozitivă şi căutarea terapiei blânde, fără chimie, care se potriveşte din punctul de acceptare al pacientului pentru problemele lui de sănătate.



În această perioadă de pandemie, dereglările psihice şi emoţionale au luat un mare avânt pe întreaga planetă. Omul îşi face griji cu privire la sănătatea lui şi a celor apropiaţi, dar în multe situaţii, grija zilei de mâine devine o problemă mai apăsătoare pentru mulţi dintre oameni. Lipseşte perspectiva.

Sistemul gastric este înconjurat de peste un milion de celule nervoase, care sunt în permanentă legătură cu creierul (neuronii). Aşa cum susţine şi medicina chineză alternativă TCM – corpul, spiritul şi sufletul – se influenţează reciproc. Un spirit agitat şi un suflet neliniştit pot aduce în organism dereglări patologice. De asemenea, dereglări fiziologice de durată pot provoca stări emoţionale care îl debusolează pe cel în cauză.

Omul de astăzi are nevoie de terapii integrative, personalizate, care să-l ajute, fără multă chimie sau deloc, să-şi menţină corpul, spiritul şi sufletul într-o balanţă energetică.

Sănătatea este o comunicare armonioasă între celulele corpului. Boala este dizarmonie, o lipsă de comunicare între celule.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), consilier în dezvoltare personală

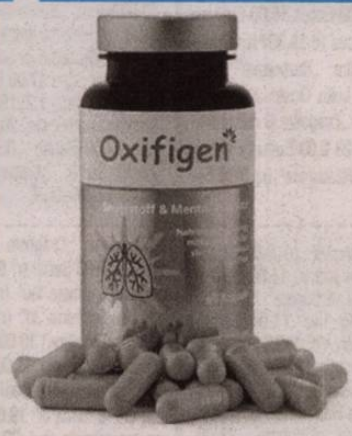
Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, strada Brânduşelor 6B, et. 2, interfon 003

PUBLICITATE

Sechelele post Covid

2 şedinţe + drenaj – ofertă 340 lei, de la 440 lei



dermaVITAL

tel 0731.871.968 / 021.322.40.04

www.dermavital-med.ro

OXIFIGEN este un supliment alimentar pus pe tehnologia punctelor cuantice, o metodă biofizică. Ceapa, coriandrul, muscat, gama vitaminelor B1, B3, B6, B7, B12, asigură o funcţionare normală a sistemului nervos, vitamina C şi acidul folic asigură energia corpului.

Dozare 1-2 capsule zilnic, cu un pahar de apă.

Flaconul conţine 60 capsule a 700 mg.

Se recomandă în susţinerea terapiei la slăbiciune, oboseală, stres mental, probleme cu respiraţia şi concentrarea, oferă mai multă putere la efort şi activitate intelectuală.

OXIFIGEN: activator mental, biofizic.

Este un supliment alimentar pus pe tehnologia punctelor cuantice. Asigură o bază energetică şi vitală a corpului.

Îmbunătăţeşte preluarea, absorbţia oxigenului în corp şi celula de sânge.

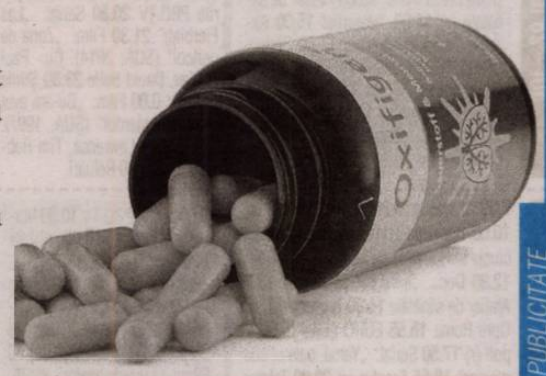
Creşte rezistenţa şi puterea în câteva minute.

Mai multă putere fizică şi psihică, creşte buna dispoziţie cu până la 70%,

Oxifigen

Creşte considerabil graniţa rezistenţei nervoase.

Foarte apreciat de persoanele care au trecut prin îmbolnăvirea cu Covid-19 şi au rămas cu anumite „sechele".



Un produs „per excelente", aşa cum v-am obişnuit.

Pentru mai multe informaţii accesaţi
www.dermavital-med.ro sau 0731.871.968

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestui produs!

PUBLICITATE

LUNI – 25 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Cronici mediteraneene" 13.00 Atelier de sănătate (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Români care au schimbat lumea (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Referendum cu Mihai Rădulescu 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Jiu Jitsu" (SUA, 2020). Cu: Nicolas Cage, Marie Avgeropoulos 23.30 Ştirile PRO 0.00 Film: „Battleship" (r) 2.30 Superspeed la ProTv 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 23.30 Observator (r) Observator 0.00 Stand Up Revolution (r) 2.30 Film: „Vrabia roşie" (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Răzbunare" (SUA, 2019). Cu: Luke Goss, Juju Chan 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Răzbunare" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Seial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii". Cu: Helly Shah 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" (ep., 1,2) 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360°-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Fără prejudecăţi (r) 14.00 Documentar 360°-GEO 15.00 Azi despre mâine 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.00 La Măruţă (r) 7.00 Film: „Just for the Summer" (r) 9.00 Serial: „La Bloc" (r) 11.15 Film: „Overcomer" (r) 13.45 Film: „Miss Congeniality" (r) 16.00 Film: „Ce zi minunată!" (SUA, 1996) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Lego Batman: Filmul" (SUA, 2017). Cu: Zach Galifianakis 22.30 Film: „Weekend cu mama" (România, 2009). Cu: Medeea Marinescu, Adela Popescu 0.30-4.15 Reluări.

MARŢI – 26 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Între cer şi mare" 13.00 Atelier de sănătate (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 20.00 Telejurnal 21.10 Telecinemateca: „Răzbunătorul Sartana" (Italia, 1970). Cu: Gianni Garko, Antonio Vilar, Daniela Giordano 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Eraser" (SUA, 1996) 23.15 Ştirile PRO-TV 0.15 Film (r) 2.15 Lecţii de viaţă (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 23.00 Observator 23.30 Stand Up Revolution (r) 2.00 Băieţi de oraş 3.00 Observator (r) 4.00 Rămân cu tine (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Prietena şi mireasa" (SUA, 2019). Cu: Jocelyn Hudon 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Film: „Prietena şi mireasa" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial: „Un loc în inima ta" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Memorialul Durerii (r) 9.00 Serial (r) 10.00 Documentar 360°-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360°-GEO 15.00 Euromaxx 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.15 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „Hailey Dean Mystery: A Marriage Made for Murder" (r) 10.00 Serial (r) 12.15 Film: „Chiriţa în Iaşi" (r) 14.00 Film: „The Pursuit of Happynesse" (r) 16.30 Film: „Steve Irwin – Prietenul animalelor" (SUA, 2002) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Aventură în doi" (SUA, 1999). Cu: Pierce Brosnan, Rene Russo 22.45 Film: „Rechinul toxic" (SUA, 2017). Cu: Kabby Borders 0.30-4.30 Reluări.

MIERCURI – 27 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.30 Doc.: „Între cer şi mare" 13.00 Atelier de sănătate (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Convieţuiri 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Dispăruţi fără urmă (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Regii blestemaţi" (partea a V-a). Cu: Jeanne Moreau, Philippe Torreton, Ana Caterina Morariu 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Spion din greşeală" (SUA, 2001). Cu: Jackie Chan 23.15 Ştirile PRO-TV 23.45 Film: „Noaptea răzbunării" (SUA, 2021). Cu: Morgan Freeman 1.45 Lecţii de viaţă (r) 2.30 Doctor de bine 3.00-5.00 Reluări.

Antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 23.00 Observator 0.00 Serial: „Mangalița" 2.00 Serial: „Liber ca pasărea cerului" 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Povestea unei sirene" (SUA, 2016) 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Film: „Povestea unei sirene" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc! 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" (r) 10.00 Documentar 360° 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360° 15.00 Fii în formă! 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.10 Seial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00 Film: „O fată strălucitoare" (SUA, 1989). Cu: Holly Hunter, Mary Steenburgen, Tim Robbins 22.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 La Măruţă (r) 7.30 Film (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „One Fine Day" (r) 14.00 Film: „The Lego Batman Movie" (r) 16.00 Film: „Sophie şi elefantul" (SUA, 2010). Cu: Deborah Kara Unger 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Nume de cod: Agentu' de serviciu" (SUA, 2007). Cu: Cedric the Entertainer 22.15 Film: „Fata din buncăr" (SUA, 2018). Cu: Julia Lalonde, Henry Thomas 0.00-5.00 Reluări.

DANIELA GIORDANO
– marţi, 21.10 –

NICOLAS CAGE
– luni, 21.30 –

MICHELLE PFEIFFER
– duminică, 23.00 –

SCOTT ADKINS
– sâmbătă, 1.00 –

HELLY SHAH
– luni-duminică, 15.00 –

TIM ROBBINS
– miercuri, 20.00 –

KATE BECKINSALE
– vineri, 22.30 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 28 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 10.30 Fermierii României 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Între cer şi mare" 13.00 Atelier de sănătate (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.50 Omul şi timpul (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Doc.: „Internetul tuturor lucrurilor" 22.50 Doc.: „Dark Web" 23.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Zonă de pericol" (SUA, 2014). Cu: Paul Walker, David Belle 23.30 Ştirile PRO-TV 0.00 Film: „Ce-am avut şi ce-am pierdut" (SUA, 1997). Cu: Martin Lawrence, Tim Robbins 2.00-5.00 Reluări.

Antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 iUmor Celebrity 23.30 Observator 0.00 Film: „Asterix & Obelix: În slujba Majestăţii Sale" (Franţa 2012) 2.00 Serial: „Liber ca pasarea cerului" 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Declaraţie de dragoste" (România, 1985). Cu: Teodora Mareş 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 23.00 Focus 23 0.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Declaraţie de dragoste" (r) 5.00 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 0.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Reţeaua de idoli (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360° (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Natură şi aventură (r) 14.00 Documentar 360° 15.00 Globalizarea: riscuri şi beneficii 15.30 România... în bucate (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.10 Film: „Umbra unei dorinţe" (SUA, 2009). Cu: Sarah Michelle Gellar 22.00-5.55 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" 12.45 Film (r) 14.30 Film: „Bebeluşi geniali" (SUA, 1999). Cu: Kathleen Turner 16.30 Film: „Peţitoarea Regală" (SUA, 2018). Cu: Bethany Joy Len 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Invincibil" (SUA, 2012). Cu: Roselyn Sanchez 22.45 Film: „Mica Italie" (SUA, 2018). Cu: Hayden Christensen, Emma Roberts 0.45-4.45 Reluări.

VINERI – 29 iulie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 România construită (r) 11.00 Exclusiv în România (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Doc.: „Între cer şi maree" 13.00 Atelier de sănătate 14.00 Telejurnal 15.00 Opre Roma 15.55 EURO polis 16.50 Eu pot! (r) 17.50 Serial: „Yanxi, palatul suspinelor" 18.55 Frontul (r) 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Churchill la Hollywood" (Regatul Unit, 2004). Cu: Christian Slater, Neve Campbell, Anthony Sher 23.00-5.05 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO-TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO-TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Lumea apelor" (SUA, 1995). Cu: Kevin Costner 0.30 Film: „Vânătoarea de oameni" (SUA, 2020). Cu: Ethan Suplee 2.30-4.00 Reluări.

Antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Poftiţi pe la noi: Poftiţi prin ţară 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Film: „Baywatch" (SUA, 2018). Cu: Zac Efron, Priyanka Chopra 22.45 Film: „Captură la dublu" (SUA, 2013). Cu: Sandra Bullock 1.30 Stand Up Revolution (r) 4.00 Rămân cu tine (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Super cireaşa de pe tort (r) 11.00 Serial: „Dragoste şi răbunare" (r) 12.00 Teleshopping live 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Film: „Răpirea fecioarelor" (România, 1968). Cu: Marga Barbu 22.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 0.00 Exclusiv VIP (r) 1.30 Super cireaşa de pe tort (r) 4.30 Focus 23 (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial: „Dulce răzbunare" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 11.00 Serial: „Să învingi trecutul" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Dulce răzbunare" 22.00 Serial: „Calea spre iertare" 23.00-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 10.00 Documentar 360° (r) 11.00 Educaţie la înălţime (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar 360° 15.00 Revoluţia tehnologică 15.30 Teleşcoala (r) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Educaţie la înălţime 18.00 Ora de ştiri 19.10 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00-5.50 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 La Măruţă (r) 7.45 Film: „Baby Geniuses" (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film (r) 14.15 Film: „Micul şantajist" (SUA, 1994). Cu: Macaulay Culkin 16.30 Film: „Marşul nupţial 5: Iubitul meu s-a întors" (SUA, 2019) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Reservation Road" (SUA, 2007). Cu: Joaquin Phoenix, Mark Ruffalo 22.30 Film: „Lumea de dincolo: Trezirea la viaţă" (SUA, 2012). Cu: Kate Beckinsale, Sandrine Holt 0.15-4.45 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 30 iulie

TVR 1
7.00 Cu capu-n zori 10.00 Teatru pentru copii: „Muzicanţii din Bremen" adaptare de Ema Stere după Fraţii Grimm 11.40 Petmania (r) 12.30 #Creativ (r) 13.00 Doc.: „Chipurile României" 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui 15.30 Izolaţi în România (r) 16.00 Serial: „Arta crimei" 17.00 O dată-n viaţă (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Accident" (România, 1977) 23.00 World Cup Magazin 23.40 Film: „Drumul supravieţuirii" (SUA, 2015). Cu: Zoe Bell 1.45-5.10 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO-TV 10.00 Film: „Agentul Cody Banks" (SUA, 2003) 12.00 Ce spun românii (r) 13.00 Film: „Povestea incredibilă a lui Enzo" (SUA, 2019) 15.15 Film: „Vara senzaţională a lui Judy Moody" (SUA, 2011) 17.00 Film: „Blonda de la Drept" (SUA, 2001). Cu: Reese Witherspoon 19.00 Ştirile PRO-TV 20.00 Film: „2012" (SUA, 2012) 23.00 Film: „Celula 99" (SUA, 2017). Cu: Don Johnson 1.30-4.15 Reluări.

Antena 1
6.00 Observator 9.00 Alpha Kids 9.30 Film (r) 12.00 Medicool 13.00 Observator 13.30 Dancing On Ice: Vis în doi 17.00 Film: „Muntele dintre noi" (SUA, 2017) 19.00 Observator 20.00 iUmor (r) 21.00 Stand Up Revolution 23.00 Film: „Baywatch" (r) 1.30 Film (r) 3.30 Observator (r) 3.45 Film: „Captură la dublu" (r).

PRIMA TV
7.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Flash monden (r) 10.00 Serial: „Dragoste şi răzbunare" 12.00 Poezie şi delicateţuri (r) 14.00 Film: „Răpirea fecioarelor" (r) 16.00 Supernanny (r) 17.30 Destinaţia anului 18.00 Focus 18 19.30 Trăsniţii 20.00 Meci Liga I 22.00 Film: „O afacere regală" (Suedia, 2012). Cu: Alicia Vikander 1.00 Film: „Cartelul ucigaş" (SUA, 2015). Cu: Scott Adkins 3.00 Flash monden (r) 4.00 Trăsniţii (r) 4.30 Focus (r).

acasă
6.00 Serial (r) 8.00 Film (r) 10.00 Serial: „Căsătoriţi pe nevăzute (r) 12.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 15.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" (r) 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Inimi înflăcărate" (SUA, 2013) 23.00 Serial: „Profu'" 0.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" (r) 2.30 Doctorul casei (r) 3.30 Serial: „Profu'" (r) 5.00 ecţii de viaţă (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Teleşcoala (r) 8.30 MotorVlog (r) 9.00 Generaţia Fit (r) 9.30 Fără prejudecăţi (r) 10.00 Mic dejun cu un campion (r) 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Fraţi de viţă (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbaţi de 10 (r) 17.00 Levintza prezintă (r) 17.30 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00 Film: „Ocolul pământului în 80 de zile" (partea a III-a) 22.00 Serial: „Chip de înger" 0.00-4.35 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Ce spun românii (r) 8.00 Film: „Getting Even with Dad" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.15 Film: „Misterul lui Hailey Dean: Cazul lui Will" (SUA, 2020) 16.00 Film: „Duelul" (România, 1981) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Asfalt Tango" (România, 1995). Cu: Mircea Diaconu 22.30 Film: „Capcană mortală" (SUA, 2017). Cu: Adrien Brody, Antonio Banderas 0.15-5.00 Reluări.

DUMINICĂ – 31 iulie

TVR 1
7.00 Universul credinţei 9.30 M.A.I. Viaţa satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viaţa satului (II) 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 World Cup Magazin (r) 15.00 Gări de poveste (r) 16.00 Serial: „Arta crimei" 17.00 Exclusiv în România (r) 18.00 Dosar Romania (r) 19.00 Istorii ascunse (r) 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă (r) 23.00 Garantat 100% (r) 0.00 Replay 1.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO-TV 10.00 Film: „Holmes şi Watson" (SUA, 2018) 11.45 Ce spun românii (r) 12.45 Film (r) 14.45 Film: „Ramona şi Beezus" (SUA, 2010) 16.45 Film: „Cronicile din Narnia: Călătorie pe mare cu Zori-de-Zi" (SUA, 2010) 19.00 Ştirile PRO-TV 20.00 Film: „Greu de pensionat" (SUA, 2010) 22.45 Film: „Mumia: Mormântul Împăratului Dragon" (SUA, 2008) 0.30-5.15 Reluări.

Antena 1
7.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Dancing On Ice: Vis în doi (r) 17.00 Film: „Înainte să te cunosc" (SUA, 2016) 19.00 Observator 20.00 Stand Up Revolution 23.00 Film: „Malavita: O familie criminală" (SUA, 2013). Cu: Robert de Niro, Michelle Pfeiffer 1.00 Film: „Înainte să te cunosc" (r) 3.00 Observator (r) 3.45 Film (r) 5.30 Alpha Kids (r).

PRIMA TV
6.00 Exclusiv VIP (r) 9.00 Supernanny (r) 10.30 Destinaţia anului (r) 11.00 Insider politic (r) 13.00 Serial: „Oportuniştii" (r) 14.00 Poezie şi delicateţuri 16.00 Cronica cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 18 19.30 Trăsniţii 20.00 Schimb de mame 22.00 Insider politic (r) 23.00 Poezie şi delicateţuri (r) 2.00 Film: „O afacere regală" (r) 4.00 Cronica cârcotaşilor (r).

acasă
6.00 Serial: „Căsătoriţi pe nevăzute" (r) 8.00 Film: „Inimi înflăcărate" (r) 10.00 Serial: „Căsătoriţi pe nevăzute" (r) 12.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" 15.00 Serial: „Ajutor, mă îndrăgostesc!" (r) 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Album de nuntă" (SUA, 2021). Cu: Emily Tennant Tyler Johnston 23.00 Serial: „Profu'" 0.00 Serial: „Frumoasa şi bestiile" (r) 2.30 Film: „Album de nuntă" (r) 4.15 Serial: „Profu'" (r) 5.00Lecţii de viaţă (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar (r) 10.30 Natură şi aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Sănătate cu de toate (r) 12.30 Levintza prezintă (r) 13.00 Teatru: „Mincinosul" de Carlo Goldoni 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică (r) 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Comisarul Rex: aventuri la Viena" 20.00 Film: „Primăvara Bobocilor" (România, 1985) 22.00 Film: „Selma" (coprod., 2014) 0.40-5.20 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 Ce spun românii (r) 8.30 Film: „Duelul" (r) 10.45 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film: „The Wedding March 5: My Boyfriend's Back" (r) 14.45 Film: „O iubire perfectă" (SUA, 2004). Cu: Henry Ian Cusick 16.45 Film: „Amintiri din copilărie" (România, 1964). Cu: Ştefan Ciubotăraşu 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Bubuială în Bronx" (SUA, 1995). Cu: Jackie Chan 22.15 Film: „Bine-crescute" (SUA, 2017) 0.00-4.30 Reluări.

Integramă de **M. ALBU**

POVESTIRI

ODAIȚĂ CU PROVIZII / VINDECĂTOARE	C	CAP PĂTRAT / UMFLĂ ALUATUL		OM DIN ISTANBUL / TULPINĂ DE IEDERĂ!	T	TRUNCHI DE PALTIN! / FOARTE VALOROS		PIAȚĂ ACOPERITĂ / A ASTUPA UN CANAL		OAMENII DE ALĂTURI / ATELIER DE CARE	V
	A			D	U						E
SPECIFIC MAMEI / A FOLOSI FOARFECA	M			E	R		CLĂDIRE CU ETAJE / APĂ CA OLTUL	B	L	O	C
T	A	I	A	LUAȚI LA TREI PĂZEȘTE / CREMA SOCIETĂȚII	C						I
GĂSITE CU GREU / INDICĂ O POZIȚIE	R	A	R	E	ORI / ARMELE ARICIULUI	S	A	U	FINAL DE ROMAN! / ATENUEAZĂ LOVITURA		N
	A	PUNERI ÎN LEGĂTURĂ / URMAT ÎN EXCURSIE									I
	TĂRII DIN PRUNE / LUPTĂ CU ÎNDĂRJIRE	T	U	I	C	A	ÎMPLINIȚI ÎN VIAȚĂ / MEDALIE DE CAMPION	A	H	I	LUNA CIREȘELOR
C	A	R	LECȚIA DE ACASĂ / VERDEAȚĂ ÎN TROACĂ					COPACUL CU PUPĂZA / NUMIȚI CUMVA	T	E	I
TRAS DE BOI / LOCUINȚĂ / REPLICĂ DE MIM	C	A	S	A	A PRINDE CU URECHEA / NUCLEU VITAL!	A	U	Z	I	A APĂREA BRUSC	U
				UN FEL DE PAPIOTĂ / IEȘIRE DIN BÂRLAD!						I	N
PANTALONI CU DUNGULIȚE / NEASTÂMPĂR DE COPIL							CAPI DE FAMILIE	T	A	T	I
										I	E

Umor

☺ *– Dragul meu, nu-i așa că eu sunt răsplata lui Dumnezeu pentru tine?*

– Da, draga mea! Numai că nu știu pentru ce păcate!...

☺ *Medicul:*
– Ce vă supără în general?
–Soția, dar azi am venit pentru reumatism!

☺ *– Soțul meu are 65 de ani și umblă după femei.*

– Lasă-l în pace! Și eu am un câine care aleargă după mașini, dar n-a prins niciuna!

☺ *Anunț: „Găsit telefon Samsung S20. Rog persoana care l-a pierdut să mă caute să-mi dea încărcătorul și căștile."*

☺ *Socrul către ginere:*
– Și dacă nu o să vă înțelegeți?

– Nicio grijă. Eu v-am luat-o, eu v-o aduc înapoi!

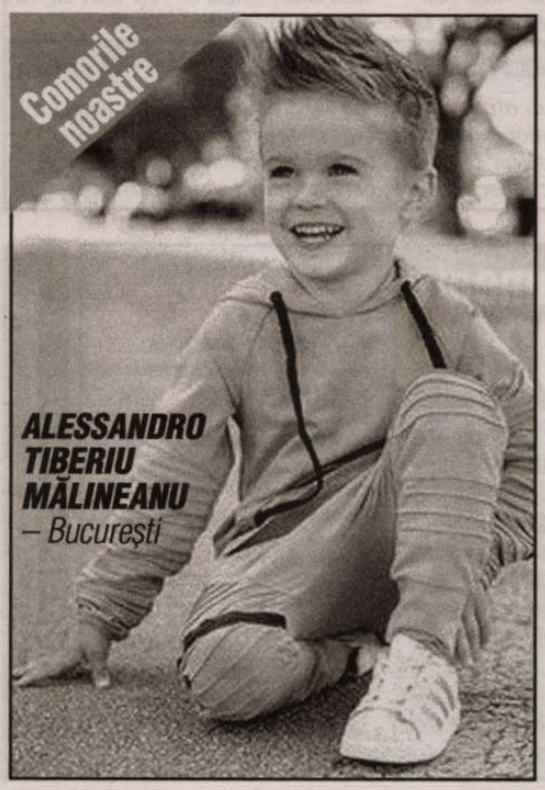
☺ *– De ce plângi?*
– Nu mă lasă tata să mă mărit cu tine!

– Hai, lasă, liniștește-te, îmi găsesc eu pe cineva.

☺ *– Cum mai stai cu durerea de cap?*
– Mi-a trecut! A plecat la pește!

☺ *– Îți ajung 100 de lei ca să nu îi spui mamei că am lipsit ieri până la miezul nopții?*

– Cum să nu tăticule, ea mi-a dat tot 100 de lei pentru o noapte întreagă.



SUDOKU

jocul săptămânii: 29

			9				7	
1		6			2		4	
2	4		6			3		
		2	1					8
		9		8		7		
5					3	9		
		8			7		9	3
	3		8			6		7
	1				9			

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 28

6	4	3	2	1	9	7	5	8
5	8	7	6	3	4	2	9	1
1	2	9	8	5	7	4	6	3
9	5	4	1	7	2	3	8	6
2	3	6	5	9	8	1	4	7
7	1	8	4	6	3	9	2	5
4	6	5	3	2	1	8	7	9
3	7	2	9	8	5	6	1	4
8	9	1	7	4	6	5	3	2

Soluția integramei „CODĂRI"

Orizontal: C - A - A - N - I - P - FORTIFICAȚII - DELFIN - CANT - FACE - SCRANTI - RUTE - RAR - UR - AER - DRAPERII - P - SPION - TAR - AP - ALICA - CEC - ACRI - ESUA - A - BRAT - INAMICI - ALIATA - ORAS - JUDECATORESE.

Verificați-vă cunoștințele!

Ploaia

1. Ce se înțelege, de obicei, prin ploaie?
2. Cum se numea divinitatea antidemonică din mitologia iraniană adorată ca zeu al ploii care dă pământului apă?
3. Cum se numea zeul aztec al ploii și al trăsnetului?
4. Cărui poet român (1886-1937) îi aparține poezia „Plouă" publicată postum?
5. Cine a compus melodia „Cântând în ploaie" pe versuri de Arthur Freed?
6. Ce pictor român (1868-1916) a pictat tabloul „După ploaie"?
7. Cine a realizat, în 1978, filmul românesc „Cianura și picătura de ploaie"?

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

1) Terpsichore era muza dansului în mitologia greacă. 2) Piesa simfonică „Invitație la vals" aparține compozitorului Carl Maria von Weber. 3) Filmul „Ultimul tango la Paris" a fost realizat în regia lui Bernardo Bertolucci. 4) Romanul „Ciuleandra" a fost scris de Liviu Rebreanu. 5) Tabloul „Dansatoare în rochie roz" poartă semnătura lui Edgar Degas. 6) Filmul franțuzesc „French Cancan" a fost realizat de regizorul Jean Renoir. 7) Romanul „Valsul de adio" a fost scris de Milan Kundera.

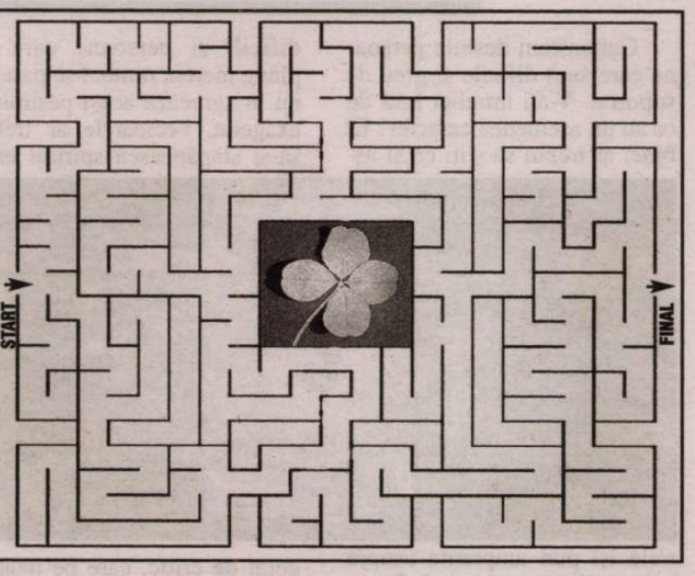
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema *„Vara"* am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Planta-flamingo

(Justicia carnea)

● Este o plantă care face parte din familia Acanthaceelor, originară din nordul Americii de Sud.

● Frunzele sunt lanceolate, de 15-25 cm lungime, de culoare verde. Se recomandă tăierea regulată a extremităților tulpinilor pentru a păstra aspectul stufos al plantei.

● Atât timp cât planta are boboci și în perioada înfloririi, nu trebuie să lăsați pământul să se usuce. În restul timpului, o singură udare este suficientă. Tot anul, dimineața și seara, se pulverizează fin apă pe frunze.

● În perioada august-octombrie, planta face ciorchini formați din flori tubulare cu aspect ciufulit, de culoare roz și care apar la extremitatea tulpinilor tinere. Sunt specii care au florile de culoare galben-aurie cu baza portocalie.

● Primăvara, dacă rădăcinile ocupă tot ghiveciul se poate transplanta.

● Pentru o dezvoltare optimă are nevoie de lumină foarte puternică. Iarna are nevoie de soare direct și de lumină artificială, cel puțin 3 ore pe zi, altfel nu va înflori.

● O dată pe lună se aplică fertilizatori, din aprilie până în septembrie, folosind îngrășământ lichid pentru trandafiri.

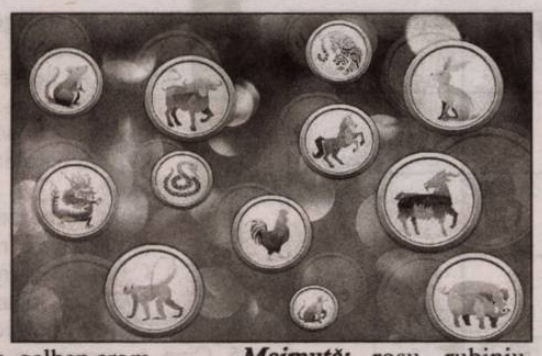
● Se înmulțește prin butași de tulpină, primăvara sau la sfârșitul verii. Prinde rădăcini abia după o lună.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Culorile norocoase în zodiacul chinezesc

Se spune că şi culorile vă vor aduce energii bune în viaţa dumneavoastră dacă sunt folosite în decorarea casei sau a unor evenimente speciale şi nu în ultimul rând dacă le acceptăm în articolele vestimentare de zi cu zi.

În zodiacul chinezesc, anul 2022 este legat de elementul Apă şi are legătură cu albastrul. Cu toate acestea, culorile predominante vor fi auriul şi albul, precum şi nuanţele metalice. Iată însă care sunt culorile norocoase pentru fiecare zodie pe care astrologii ne sfătuiesc să le folosim pentru a atrage reuşitele şi norocul de partea noastră.



Şobolan: roşu, roşu stacojiu, auriu.

Bivol: verde, alb, roz fucsia.

Tigru: negru abanos, albastru deschis, bleu.

Iepure: albastru, roz pastel, roz fucsia.

Dragon: roşu, galben crom, auriu.

Şarpe: albastru închis, verde de pădure, verde închis.

Cal: maro deschis, verde pal, verde crud.

Capră: albastru deschis, galben miere, gri.

Maimuţă: roşu rubiniu, verde turcoaz, galben.

Cocoş: albastru persan, galben crom, albastru închis.

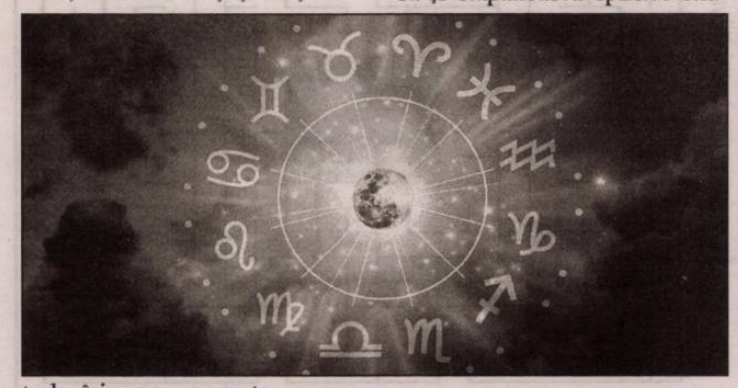
Câine: verde opal, alb, gri perlat.

Mistreţ: roz, gri argintiu, galben sulf.

Nesuferiţi sau răzbunători?

Iată cine sunt în top

Cunoaştem destule persoane care sunt dificile şi greu de suportat. V-aţi întrebat însă de ce au un asemenea caracter? Ei bine, ar trebui să ştiţi că şi astrele îşi pun amprenta asupra personalităţii noastre influenţându-ne felul de a ne comporta.



Dintre cele mai nesuferite zodii fac parte nativii Leu, Berbec şi Fecioară. Să îi analizăm pe rând.

Nativii zodiei ***Fecioară*** sunt în fruntea clasamentului. Fiind dificili şi persoane care se plâng mereu, nimeni se pare că nu le agreează acest pesimism exagerat. Fecioarele ar trebui să-şi stăpânească spiritul exagerat de critic, care pe mulţi îi scoate din sărite.

Nativii ***Leu*** îi îndepărtează pe cei din jur deoarece au o mare problemă atunci când nu sunt lăudaţi. Le place să exagereze, să fie extravaganţi, iar orgoliul lor este uriaş şi de foarte multe ori atrag antipatia celor din jur. Nu de puţine ori obişnuiesc să facă glume mai puţin inspirate pe seama celor din jur, iar acest lucru îi va îndepărta de cei dragi.

Se ştie despre nativii ***Berbec*** că sunt impulsivi. Se enervează destul de uşor şi din acest motiv nu lasă o impresie bună. Multe persoane din anturajul lor nu îi suportă, însă puţini au curajul să le spună acest lucru în faţă.

Există însă nativi pe care dacă îi supăraţi cu ceva sigur se vor răzbuna, aşa că nu ar fi rău să fim extrem de vigilenţi în preajma lor. Dar iată că în topul celor mai răzbunătoare zodii sunt nativii Scorpion şi Săgetător. Să le descoperim pe rând.

Nimeni să nu-şi dorească un duşman din zodia ***Scorpion.*** Sunt firi deosebit de răzbunătoare, chiar dacă pe moment nu reacţionează, sigur în mintea lor încep să elaboreze un plan minuţios. Răzbunarea va lovi ca un fulger, unde şi când nu vă aşteptaţi. Ţineţi cont că Scorpionii preferă să acţioneze din umbră, fără conflicte directe!

Extrem de sensibili însă, nativii ***Săgetător*** pot fi deranjaţi chiar şi de o infimă afirmaţie împotriva lor. Aceşti nativi se răzbună pe moment, ţipă, vă vor mustra aspru şi chiar dacă aparent le trece supărarea, sigur în mintea lor stabilesc un plan mai amănunţit prin care să se răzbune. Aşteptaţi-vă la orice din partea lor.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Vânătoarea de extratereştri în 2021 ■ John C. Woods – călăul de la Nürnberg ■ Proiectul UAPx caută dovezi ştiinţifice OZN ■ Uitarea – o stare normală! ■ Fracturi cu risc de osteoporoză ■ Actori sau cântăreţi?

HOROSCOP

25-31 iulie 2022

BERBEC 21.03-20.04

Lucrurile merg bine acum şi veţi fi tentaţi să faceţi nişte cheltuieli mai mari. Vă veţi concentra atenţia asupra casei şi a familiei, în special în zonele care necesită mai multă atenţie – reparaţii, redecorări şi renovări la domiciliu.

TAUR 21.04-21.05

Dispuneţi de suficientă energie şi veţi lucra din greu pentru a vă promova propriile interese. Puteţi folosi cu adevărat acest impuls de energie în avantajul dumneavoastră. Vă veţi lupta ca un adevărat războinic pentru propriile drepturi.

GEMENI 22.05-21.06

Venus este în zodia dumneavoastră şi asta vă face fermecători şi diplomaţi cu toată lumea. Este momentul ideal să faceţi pace cu ceilalţi şi pentru relaxare, mai ales că Venus plasează întotdeauna plăcerea înaintea muncii.

RAC 22.06-21.07

A sosit vremea perfectă pentru a vă formula obiectivele şi pentru a începe să le urmăriţi activ. Soarele este în zodia dumneavoastră şi acest lucru vă sporeşte încrederea şi vă ajută să faceţi o impresie grozavă în ochii celorlalţi. Succes!

LEU 22.07-22.08

Sunteţi fericiţi să mai staţi şi pe bancheta din spate şi să vă „ascundeţi". Contracarând această dorinţă de a căuta liniştea, Marte vă trezeşte ambiţia. Vreţi să vă ascundeţi confortabil şi, în acelaşi timp, să participaţi activ la evenimente.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Întâlniţi oameni noi şi veţi fi dornici să faceţi schimb de idei şi să fiţi în compania altora. Vă gândiţi mai mult la aşteptările din viaţa dumneavoastră. Vă faceţi planuri şi dintre acestea nu vor lipsi călătoriile. Aveţi nevoie de o schimbare de peisaj!

BALANŢĂ 23.09-22.10

Vă faceţi planuri privitoare la viaţa profesională, ceea ce ar însemna noi pregătiri sau noi studii. Sunteţi interesaţi să discutaţi cu şefii sau cu angajatorii pentru a vă promova poziţia. Din fericire, arătaţi bine în ochii oamenilor de la putere aşa că veţi avea un rezultat favorabil.

SCORPION 23.10-21.11

Vreţi să călătoriţi sau să faceţi ceva pentru a schimba peisajul, deoarece vă este foame de aventură. Pentru unii dintre dumneavoastră, studiile noi vor fi satisfăcătoare şi vă vor stimula, deoarece descoperirea de noi idei şi de informaţii va fi palpitantă.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Acum veţi amâna plăcerea de mâine pentru munca de astăzi. Sunteţi impresionaţi şi veţi lucra din greu. Vă înţelegeţi bine cu cei din jur şi asta s-ar putea să vă ajute. Se pare că toate se adună pentru dumneavoastră!

CAPRICORN 22.12-19.01

Marte se află în semnul dumneavoastră şi va rămâne aici până la sfârşitul lunii august, asta semnificând că veţi primi o energie ca un impuls minunat. Acesta este momentul perfect pentru o vacanţă, iar romantismul va fi la cote înalte. Succes!

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Sunteţi dornici să vă organizaţi şi să munciţi din greu pentru a realiza cât mai multe. Vizitarea oaspeţilor, a rudelor şi întâlnirile de familie vor crea o activitate sporită acolo unde locuiţi, iar acest lucru vă va solicita atenţia. Pregătiţi-vă pentru vremuri bune!

PEŞTI 19.02-20.03

Vreţi să petreceţi, să vă bucuraţi de vacanţă şi să aveţi mai mult timp liber! Acesta este şi motivul pentru care vă veţi bucura de tot felul de activităţi legate de copii şi de sport. Vă veţi distra mai mult acasă şi veţi dori să vă exprimaţi talentul creativ.

Nativul săptămânii: **FRANK JULIAN SPRAGUE** (25.07.1857 – 25.10.1934)

A fost un ofiţer naval şi un inventator american. Acest nativ al zodiei Leu a contribuit la dezvoltarea motorului electric, a căilor ferate electrice şi a ascensoarelor electrice. A devenit cunoscut drept „părintele tracţiunii electrice".

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 021.317.89.65

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	13,00 LEI
❑ 2 LUNI	26,00 LEI
❑ 3 LUNI	39,00 LEI
❑ 4 LUNI	52,00 LEI
❑ 5 LUNI	65,00 LEI
❑ 6 LUNI	78,00 LEI

Abonamente 2022

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2022

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1 Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

2 Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 45 euro sau 50 $,
– 6 luni: 90 euro sau 100 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1610 • ANUL LXV • 28 IULIE 2022 • 16 PAGINI • 3,5 LEI Nr. 30 (3360)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Spectacolul cunoaşterii

PLANETA MARTE
formată din meteoriţi

Femina club

Lecţii de nutriţie

Top 5 pastile de slăbit care vă distrug sănătatea

Dosarele frumuseţii

Aliaţii tenului

Minunile lumii

„Influenceri" străvechi
ai evoluţiei

„Dacă eşti prea gras, poţi oricând să slăbeşti. Dacă eşti prost, nu mai poţi face nimic!"

Dalai Lama

Vânătoarea de extratereştri în 2021

UN „OZN GOGOAŞĂ" PE CER, DEASUPRA ELVEŢIEI, lumini verzi ciudate dispărând în nori deasupra Canadei, o pată în formă de farfurie care se cufundă brusc în ocean, iată câteva exemple.

Dar anul 2021 le-a oferit celor care caută adevărul, dar şi vânătorilor de extratereştri, câteva dovezi misterioase în plus la care să mediteze, dar le-a oferit şi câteva răspunsuri.

De la un raport foarte aşteptat al Pentagonului despre observările militare de OZN-uri, la noi perspective despre exoplanete locuibile, până la adevărul despre aşa-numitul „semnal extraterestru" de la cea mai apropiată stea vecină a Soarelui. Site-ul online *LiveScience* a alcătuit o listă a celor mai interesante observaţii.

1 Putem căuta viaţă şi în „gunoaie". A căuta semne de viaţă în sistemul nostru solar este o îndeletnicire a astrofizicienilor care are deja o vârstă, cam de pe la începutul erei cosmice. Dar acum, oamenii de ştiinţă sunt de părere că viaţa trebuie căutată şi pe „gunoaiele" extraterestre, obiecte răzleţe care vin din galaxii, şi care trec prin sistemul nostru solar.

Potrivit unei cărţi a astrofizicianului de la Universitatea Harvard, Avi Loeb, intitulată *Extratereştrii, primele semne ale vieţii inteligente dincolo de Pământ* („Extraterrestrial: The First Sign of Intelligent Life Beyond Earth"), publicată de editura *Mariner Books* în ianuarie 2021, ciudatul obiect în formă de trabuc *Oumuamua,* care s-a arătat prin sistemul nostru solar în 2017, este aproape sigur o piesă de tehnologie extraterestră.

În cartea sa, Loeb susţine că forma neobişnuită, alungită a obiectului (spre deosebire de orice cometă cunoscută), luminozitatea extremă şi acceleraţia aparentă departe de Soare sugerează că *Oumuamua* nu este de origine naturală, ci obiect rod al unei tehnologii extraterestre – posibil aruncată în sistemul nostru solar în mod cu totul accidental. „O geamandură. O reţea pentru comunicare... Tehnologia defunctă a altor organisme vii inteligente sau gunoiul tehnologic debarasat", scrie Loeb. „Toate acestea sunt explicaţii plauzibile pentru misterul *Oumuamua,* plauzibile pentru că aici, pe Pământ, umanitatea, la rândul ei, face deja aceste lucruri, deşi la o scară mult mai limitată". Cu toate acestea, majoritatea astronomilor care au studiat obiectul sunt în favoarea explicaţiilor naturale, numind obiectul „iepuraş de praf cosmic" sau considerându-l doar o cometă cu adevărat ciudată.

2 Găurile negre ar putea fi centrale energetice extraterestre. În timp ce vânătorii de extratereştri petrec mult timp căutând planete locuibile dincolo de sistemul nostru solar, o activitate pe care o promovează şi NASA, un studiu publicat în iulie trecut în revista *Monthly Notices of the Royal Astronomical Society* avertizează că oamenii de ştiinţă nu ar trebui „să treacă uşor cu vederea cele mai extreme obiecte ale naturii, şi anume găurile negre". Nu mai revenim la ideea că „găurile negre" practic nu există, cum a admis în 2014 chiar „părintele" lor, celebrul fizician teoretician Stephen Hawking.

Puţină istorie lămuritoare: în ianuarie 2014, într-un articol publicat de revista *Nature,* Stephen Hawking recunoştea că „noţiunea de „orizont de evenimente", din care nimic nu poate scăpa, este incompatibilă cu teoria cuantică". Iar în martie 2018 nuanţa afirmând pentru publicaţia *Science* că „Găurile negre nu există – cel puţin, nu aşa cum le cunoaştem, provocând potenţial o regândire a unuia dintre cele mai misterioase obiecte din spaţiu".

El a „redefinit" găurile negre, „care s-ar putea să nu posede de acele „ziduri de foc", centuri distructive de radiaţii despre care unii cercetători speculau că ar „incinera" orice trece prin ele, ci că aceste „găuri negre" ar fi „doar nişte fenomene astronomice de o natură mai puţin cunoscută".

Şi cu toate acestea, unii astrofizicieni insistă în ideea „găurilor negre, afirmând într-un studiu din 2021 că ele „pot radia de până la 100.000 de ori mai multă energie decât o stea precum soarele nostru" şi ca urmare a acestui fapt (?), „ele pot fi ţinte tentante pentru civilizaţiile extraterestre care doresc să-şi alimenteze întreprinderile interstelare", scriau autorii studiului. Pentru a reuşi acest lucru, extratereştrii „ar putea folosi structuri de înaltă tehnologie numite sfere Dyson (sfere gigantice, care sifonează energie, propuse pentru prima dată în anii 1960) pentru a fura energie de pe discul de materie super încinsă care se învârte în jurul orizontului unei găuri negre, apoi pentru a radia acea energie spre exterior, în spaţiu".

Această energie re-radiată „ar crea o semnătură distinctă a lungimii de undă pe care astronomii ar putea să o detecteze de pe Pământ", au sugerat autorii studiului. Cercetătorii dezvoltă în prezent diverşi algoritmi pentru a căuta prin datele existente ale telescopului acele semnături revelatoare şi atât de mult aşteptate.

3 Planetele extraterestre ar putea să nu semene cu Pământul. Din sursă NASA, aflăm că, până în prezent, au fost descoperite peste 4.000 de exoplanete şi acestea sunt considerate „confirmate". Cu toate acestea, există mii de alte detectări de exoplanete „candidate" care necesită observaţii suplimentare pentru a spune cu siguranţă dacă ele sunt sau nu reale.

Să ne amintim că primele exoplanete au fost descoperite acum aproximativ două decenii. O perioadă în care, în intervalul unei singure generaţii, întrebării vechi de secole „Există planete care orbitează în jurul altor stele?" i s-a răspuns cu un răsunător „Da!". Mai mult, de când au fost descoperite primele exoplanete, la începutul anilor 1990, numărul de exoplanete cunoscute s-a dublat aproximativ la fiecare 27 de luni. Azi, ultima cifră oficială este că au fost descoperite 5059! Şi numărătoarea continuă...

Aşadar, căutarea vieţii extraterestre începe cu căutarea planetelor asemănătoare Pământului, dar unii astrofizicieni, consideră că poate exista şi o altă clasă de lume extraterestră care este la fel de favorabilă vieţii. Aceasta este concluzia unui studiu publicat în *Astrophysical Journal* în august, anul trecut.

Planetele „Hycean", care sunt de până la 2,5 ori mai mari decât Pământul şi au oceane uriaşe de apă lichidă sub atmosfere bogate în hidrogen, ar putea fi locul ideal pentru viaţa microbiană similară cu „extremofilii" care prosperă în unele dintre cele mai dure medii de pe Pământ (cum ar fi gurile hidrotermale), afirmă autorii studiului. Nu numai că aceste planete sunt abundente în galaxia Calea Lactee, dar sunt şi incredibil de diverse, unele orbitând foarte aproape de steaua-gazdă, altele orbitând mult mai departe. Ambele genuri de planete ar putea găzdui forme minuscule de viaţă în adâncul oceanelor lor uriaşe, sunt de părere autorii, ceea ce înseamnă că ar putea exista o nouă cale de explorare pentru vânătorii de planete extraterestre.

4 Una dintre lunile lui Saturn încă mai deţine potenţial de viaţă. Metanul care pluteşte pe *Enceladus,* a şasea lună ca mărime a lui Saturn, ar semnala faptul că este posibil să existe viaţă în marea subterană a lunii, a constatat un studiu din iunie 2021. În 2005, sonda orbitală *Cassini Saturn* de la NASA a descoperit gheizere care aruncau particule de gheaţă de apă în spaţiu din crăpăturile denumite „dungi de tigru" aflate în apropierea polului sudic al lui *Enceladus.* Se crede că acel material provine dintr-un ocean uriaş de apă lichidă care „colcăie" sub crusta îngheţată a lunii. Dar nu doar apă a fost descoperită de sondă în materia aruncată de gheizere, ci şi numeroşi alţi compuşi, inclusiv *dihidrogen* (H_2) şi o varietate de compuşi organici care conţin carbon, inclusiv metan (CH_4).

În noul studiu, cercetătorii au folosit o serie de analize pentru a determina dacă acei compuşi ar putea fi dovezi ale microbilor care „mănâncă" *dihidrogen* şi produc metan ca deşeu. Echipa a descoperit că „microbii care elimină gazele de metan ar putea contribui într-adevăr la formarea acelor gheizere ale lui *Enceladus,* ceea ce înseamnă că viaţa nu poate fi exclusă pe această lună îngheţată", aflată chiar în sistemul nostru solar şi nu undeva în vasta *Cale Lactee.*

(Continuare în numărul viitor)

GEORGE CUŞNARENCU

> **„DE LA O BOMBĂ DE PRESĂ LEGATĂ DE UN RAPORT OZN, LA „GUNOAIELE EXTRATERESTRE" DIN SISTEMUL NOSTRU SOLAR ŞI CÂTEVA NOI INDICII DESPRE VIAŢA EXTRATERESTRĂ, IATĂ CÂTEVA DIN DESCOPERIRILE ASTROFIZICIENILOR DE ANUL TRECUT.**

5 948427 000188 30

MUREŞ
TÂRGU-MUREŞ

Misiunile lunare Apollo
şi femeile Navajo

În afara lui Neil Armstrong, Buzz Aldrin şi a altor câteva nume amintite în mod curent, sute de mii de bărbaţi şi femei au contribuit la misiunile Apollo, timp de peste un deceniu.

Între aceştia, femeile Navajo care au asamblat circuite integrate de ultimă generaţie pentru computerul de ghidare Apollo şi femeile angajate de la Raytheon (unul dintre cei mai mari furnizori de servicii de informaţii şi de apărare din lume) care au ţesut memoria de bază a computerului.

În 1962, când preşedintele J.F. Kennedy a declarat că ajungerea americanilor pe Lună ar trebui să fie prioritatea principală pentru NASA, computerele ocupau încăperi întregi. Aşadar, una dintre cele mai descurajante, dar cruciale provocări a fost dezvoltarea unui computer extrem de stabil, fiabil şi portabil pentru a controla şi naviga nava spaţială. NASA a ales să folosească circuite integrate de ultimă generaţie (microcipuri), care revoluţionau electronica şi computerele, contribuind la miniaturizarea treptată a computerelor. Agenţia a obţinut circuitele de la start-up-ul original din Silicon Valley, Fairchild Semiconductor, lider în practica de externalizare.

Compania a deschis o fabrică în Hong Kong la începutul

anilor 1960, care până în 1966 avea 5.000 de angajaţi, în comparaţie cu cei 3.000 de angajaţi ai Fairchild din California. În acelaşi timp, în 1965 a deschis o fabrică în Shiprock, în rezervaţia Navajo.

Unitatea a funcţionat până în 1975 şi a angajat peste 1.000 de persoane la apogeul său, majoritatea femei Navajo care produceau circuite integrate. A fost o muncă provocatoare. Componentele electrice trebuiau plasate pe cipuri minuscule realizate dintr-un semiconductor precum siliciul şi conectate prin fire în locaţii precise, creând modele complexe şi variate de linii şi forme geometrice.

Lucrarea femeilor Navajo „a fost efectuată folosind microscopul şi a necesitat o atenţie minuţioasă la detalii, o vedere excelentă, standarde înalte de calitate şi o concentrare intensă.

Într-o broşură care evocă rolul fabricii Shiprock, Fairchild a comparat asamblarea circuitelor integrate cu ceea ce a descris ca fiind meşteşugurile indigene tradiţionale feminine, de ţesut covoare. Broşura a juxtapus o fotografie a unui microcip cu una a unui covor cu model geometric şi alta a unei femei care ţese un astfel de covor. Jurnaliştii şi angajaţii Fairchild descriu, de asemenea, fabricarea de electronice ca pe „o versiune de înaltă tehnologie a ţeserii păturii, realizată de femei indigene voinice şi pricepute", dar cele care au efectuat munca au făcut acest lucru din acelaşi motiv vechi de secole – pentru a supravieţui.

Un raport NASA, care a rezumat misiunile Apollo, se referea în termeni elogioşi la sistemele de calcul Apollo. Dar nu a menţionat niciuna dintre femeile Navajo sau Raytheon...

Despre monede

Am auzit la câteva posturi de televiziune vorbindu-se despre un anume tezaur în care s-au găsit mai multe „monezi". Este adevărat că unul dintre comentatori cocheta şi cu forma *„monede"* pe care o folosesc din când în când. În general pluralul substantivelor feminine este o problemă ceva mai spinoasă, înglobând multe, foarte multe excepţii. În mare însă putem spune că cele terminate în a/ă fac pluralul în e iar cele terminate în *e* fac pluralul în *i*.

Să vorbim corect!

Spunem: baladă/balade; floare/flori dar şi livadă/livezi. Din nefericire pentru multe alte substantive, terminate cu *ă* s-a adoptat forma în *i* fiind asociate pluralului masculin. Astfel s-a ajuns la chitară/*chitări* neacceptat de dicţionare sau oribilele bară/bări; palmă/pălmi.

Până nu demult era considerat incorect şi pluralul coperţi (în loc de coperte) dar acesta a fost acceptat în dicţionare. Nu ştim care va fi viitorul pluralului *„monedă"*, dar deocamdată unica formă corectă este *monede*. (I.S.)

Grădina căpitanului Nemo

La 30 de metri în larg de satul Noli din regiunea Liguria a Italiei, în interiorul a şase domuri mari transparente (sau bio-sfere, sfere biologice), asemănătoare cu o floare de meduze uriaşe ancorate pe fundul oceanului, cresc ierburi, legume şi flori. Acest proiect, cunoscut sub numele de „Grădina lui Nemo", este prima – şi singura – seră subacvatică din lume.

Sferele folosesc calităţile de mediu marine favorabile, cum ar fi stabilitatea temperaturii, absorbţia CO_2 şi controlul natural al dăunătorilor, pentru a crea un habitat potrivit pentru producerea unei multitudini de produse proaspete.

Grădina lui Nemo are implicaţii importante pentru viitorul Pământului, deoarece a fost concepută special pentru regiunile în care factorii de mediu, economici sau morfologici fac dezvoltarea plantelor deosebit de dificilă.

Potrivit Organizaţiei Naţiunilor Unite, lumea va trebui să hrănească până în anul 2050 o populaţie globală de 9,3 miliarde de oameni, în condiţii climatice din ce în ce mai instabile. Echipa din spatele proiectului estimează că fermele subacvatice ar putea furniza hrană populaţiilor de coastă, unde agricultura trebuie să fie inovatoare pentru a supravieţui. Nemo's Garden s-a născut în 2012, după ce Sergio Gamberini, preşedintele producătorului de echipamente de scufundare Ocean Reef, a fost provocat de un prieten fermier să combine experienţa sa în acest domeniu cu dragostea pentru grădinărit.

De atunci, a explorat ideea de a creşte plante terestre sub mare. Peste o sută de plante diferite au prins rădăcini în această grădină subacvatică, de la ierburi medicinale şi aromatice până la cele precum salata, fasolea şi căpşunile. Astfel, nu numai că s-a reuşit recoltarea a numeroase culturi din biosfere, dar au stabilit şi că acestea erau mai bogate în conţinut nutriţional decât cele cultivate prin metode tradiţionale.

De remarcat şi că, de pildă, preţul produselor obţinute în s(f)erele subacvatice este considerabil mai redus decât al acestora din urmă. Însă capacităţile sistemului respectiv sunt mult mai extinse. În fiecare an se descoperă noi aplicaţii: ecoturism, piscicultură, creşterea algelor marine, laboratoare de cercetare ştiinţifică şi staţii de cercetare subacvatică a faunei sălbatice, acestea fiind doar câteva exemple.

Canabis pentru păsări

Atunci când cumpără diverse sortimente de carne din magazinele alimentare, puţini consumatori cunosc şi condiţiile în care sunt crescute şi hrănite animalele sacrificate pentru hrana omului.

La scară mondială, a devenit o problematică majoră folosirea antibioticelor în produsele destinate hrănirii acestora, pe lângă stimulenţii de creştere ori de dezvoltare a anumitor ţesuturi (muşchi, grăsimi ş.a.). Controversele au o explicaţie relativ simplă: la polul opus interesului pentru profit al producătorilor, sănătatea consumatorilor are de suferit prin faptul că toate chimicalele asimilate de păsări, vite, porcine, peşte etc. pătrund în corpul uman, pricinuind frecvent afecţiuni şi declanşând alte fenomene adverse în ceea ce priveşte sănătatea.

O comunitate de fermieri thailandezi din apropierea oraşului Lampang, în colaborare cu oameni de ştiinţă de la Facultatea de Agricultură a Universităţii Chiang Mai, consideră că a rezolvat problema antibioticelor administrate păsărilor crescute în combinatele lor, prin introducerea în meniul acestora a unor preparate pe bază de canabis medicinal.

Incriminată pentru extrasul din cânepa indiană cunoscut ca substanţa psihoactivă (drog) numită popular haşiş, cânepa indiană a fost studiată în cadru oficial, specialiştii apreciind că ea are şi calităţi terapeutice de luat în seamă. De la această idee au pornit fermierii thailandezi care au adoptat o nouă dietă pentru puii lor, după ce efectivul le-a fost puternic afectat de o bronşită aviară.

Experimentul a implicat peste 1.000 de păsări, cărora li s-au administrat doze de canabis prin diferite mijloace, cum ar fi amestecate direct ca hrană sau în apă infuzată

cu canabis. Cercetătorii le-au monitorizat îndeaproape, observând dacă tratamentul a avut vreun efect asupra creşterii, sănătăţii şi calităţii cărnii şi ouălor lor. Ei au spus că proiectul s-a dovedit a fi de succes, puii cărora li s-a administrat canabis părând să sufere mai puţin de bronşită aviară. De asemenea, se pare că dieta nu a avut niciun impact asupra comportamentului păsărilor şi calitatea cărnii lor a rămas neschimbată. Localnicii au gătit deja carne de la aceste păsări, servind-o într-un meniu de orez cu pui.

Dacă testul are succes, fermierii speră să renunţe la antibiotice şi să se mulţumească cu canabis pentru a-şi trata păsările de curte. Thailanda şi-a relaxat recent legile în domeniu, devenind de curând prima ţară din Asia care a dezincriminat canabisul, deşi există încă pedepse aspre pentru persoanele care consumă drogul în scopuri recreaţionale.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu
PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.